

## Moodulite rakenduskava hooldustöötaja õppekava juurde

Stationsaarne (koolipõhine) õppevorm

Õppemaht 4. taseme kutseõppel: 120 EKAP-t

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Maht		
1	<b>ABISTAMINE ELAMISTOIMINGUTES JA HOOLDUSTEGEVUSTE LÄBIVIIMINE</b>	<b>45 EKAP</b>		
<b>Eesmärk:</b> õpetusega taotletakse, et õpilane omandab teadmised, oskused ja hoiakud abivajajale turvalise keskkonna kujundamiseks, hooldustoimingute planeerimiseks ja sooritamiseks kutse-eeetika põhimõtteid arvestades ning abivajaja toetamiseks ja juhendamiseks elukaarel, arvestades tema individuaalsust.				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> puuduvad				
<b>Õpetajad:</b> Merike, Kravets, Maarika Veigel, Mai Kuum, Heidi Naur-Šunkina, Riina Nukk, Kristi Mähar, Kaja Maasik, Hedy Lehtmets, Piret Tamme, Birgit Nicolau Costa, Maire Raidvere, Riina-Renate Int, Marelle Grünthal-Drell, Katrin Vellamäe, Olesja Zeel, Argo Soolep, Tatjana Olesk; Evi Kruzman; Mirge Orasmaa, Albina Šider, Tatjana Vetštomova, Veera Tsepeleva				
Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja ülesanded	Mooduli teemad
1. Loob abivajajale turvalise keskkonna, arvestades hooldusplaani.	1. Korraldab ja võimalusel kohandab vastavalt abivajaja seisundile ja vajadustele turvalise keskkonna, arvestades hooldusplaani. 2. Tutvustab kliendile abivahendeid ja nende saamise võimalusi ning vajadusel abistab soetamisel, lähtuvalt hooldusplaanist. 3. Juhendab abivajajat abivahendite kasutamisel arvestades tema seisundit. 4. Korraldab vajadusel abivajaja toimetulekut toetavaid rehabilitatsiooni-, sotsiaal- ja tervishoiuteenuseid koostöös võrgustikuga, lähtudes õigusaktides sätestatud teenuste loetelust.	- Loeng e-toega - Arutelu - Infootsing - Vaatlus - Harjutamine - Esitlus - Rühmatöö	- Situatsioonülesande teoreetiline ja praktiline lahendamine (kaardistab abivajajale sobivad keskkonna tingimised; koostab endale ühepäeva sobiva menüü) - Demonstratsioon (hooldustegevuste sooritamine) - Praktiline ülesanne (hooldustegevuste teostamine; hooldustoimingute sooritamine, esmaabi)	<b>1. Arengupsühholoogia:</b> - inimese kui biopsühhosotsiaalse terviku käsitlus - arengufaktorite mõju inimese toimetulekule - arenguprobleemid: ajutised ja püsivad kõrvalekalded tavapärasest arenguteest, sagedasemad arenguprobleemid <b>2. Inimese elukulg</b> <b>3. Suriija hooldus</b> <b>4. Anatoomia</b> <b>5. Hooldustoimingud, elamistoimingud (sh hooldusplaan)</b> <b>6. Hoolduse alused (sh. tervishoiu- ja sotsiaalhoolekande ajalugu, rahvatervise ja tervisedenduse alused)</b> <b>7. Hooldus erinevate haiguste korral, ravimiõpetus</b> <b>8. NANDA</b>

<p>2. Planeerib ja teostab vajalikud hooldustegevused.</p>	<p>1. Hindab abivajaja riide otstarbekust ja mugavust ning abistab ja juhendab riietumisel, lähtuvalt abivajaja tervislikust seisundist, erivajadusest, ilmastiku-, toa- ja kehatemperatuurist, kasutades selleks sobivaid abivahendeid.</p> <p>2. Aktiviseerib abivajaja füüsilisi, psüühilisi ja sotsiaalseid tegevusi, arvestades abivajaja seisundit, võimalusi ja eelistusi.</p> <p>3. Toetab abivajajat tema seksuaalsuse väljendamisel, s.h. Juhendab abivajajat erinevates suhetes ja olukordades sobivalt käituma.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Infootsing (teoreetiline taust praktilistele tegevustele)</li> <li>- Suuline esitlus (leinatöö erinevates kultuurides)</li> <li>- Essee (elamistoimingud)</li> </ul>	<p><b>9. Patsiendiõpetus</b>  <b>10. Kutse-eeetika multikultuurises keskkonnas</b>  <b>11. Ergonoomika</b>  <b>12. Abivahendid</b>  <b>13. Tervishoiu- ja sotsiaalhoolekandesüsteem ja seadusandlus</b>  <b>14. Abistamine õendustoimingutes</b>  <b>15. Arendavad/aktiviseerivad tegevused</b>  <b>16. Abivajaja juhendamine ja aktiviseerimine</b>  <b>17. Seksuaalkäitumise kujundamine</b>  <b>18. Toitumisõpetus, toiduhügieen</b>  <b>19. Esmaabi</b></p>
<p>3. Sooritab erinevaid hooldustoiminguid vastavalt hooldusplaanile ja/või juhistele.</p>	<p>1. Juhendab, abistab ja vajadusel teeb abivajaja hügieenitoiminguid, kasutades vastavaid hooldusabivahendeid ning vajadusel korraldab iluteenuseid (nt maniküür, pediküür, juuksur).</p> <p>2. Juhendab, vajadusel teostab erinevaid hooldustoiminguid, arvestades tervisenäitajaid ja kasutades vastavaid vahendeid ning dokumenteerib toimingud.</p> <p>3. Abistab õde õendustoimingute sooritamisel, vastavalt</p>			

	<p>juhendamisele.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>4. Hangib vajadusel ravimid vastavalt arsti korraldusele, abivajaja seisundile ja järgides ravimiõpetuse aluseid.</li><li>5. Juhendab, jälgib ja abistab abivajajat ravimite manustamisel, manustab neid vastavalt etteantud juhistele.</li></ol>			
<p>4. Teavitab abivajajat tervislikust toitumisest arvestades tema seisundit, eelistusi ja võimalusi, toiduhügieeni nõudeid.</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Tutvustab abivajajale tervisliku toitumise ja toiduhügieeni põhimõtteid vastavalt toitumisõpetuse põhialustele, arvestades abivajaja toitumisvajadusi ja -iseärasusi.</li><li>2. Hindab toidu kõlblikkust ja toiduhügieeni, arvestades tervisekaitse nõudeid.</li><li>3. Arvestab toidu hankimisel abivajaja vajadusi ja soove ning võimalusel hinna ja kvaliteedi suhet.</li><li>4. Jälgib abivajaja toitumist tema seisundist lähtuvalt, juhendab ja abistab abivajajat söömisel ning vajadusel söödab teda; arvestab kultuuriliste ja religioossete erinevustega toitumistavades ja hoolduses.</li></ol>			

5. Teeb leinatööd lähtuvalt kultuuri traditsioonidest, eetikast.	1. Hooldab ja toetab surijat, vajadusel toetab ja juhendab lähedasi, lähtuvalt kultuuri traditsioonidest, eetikast. 2. Korrastab surnu, järgides kutse-eetikat, kultuuritraditsioone ja võimalusel lähedaste soove ning lähtub lahkunu soovidest.			
6. Annab esmaabi haigushoogude, õnnetusjuhtumite ja traumade korral, kutsub abi ja elustab kliinilisest surmast.	1. Kontrollib abivajaja tervislikku seisundit, hinnates tema teadvust, hingamist ja südametööd ning arvestades tema erivajadust ja/või individuaalsust. 2. Annab abivajajale esmaabi haigushoogude, õnnetusjuhtumite ja traumade korral, arvestades tema tervislikku seisundit, vajadusel kutsub abi; kasutab esmaabivõtteid ja -vahendeid vastavalt olukorrale. 3. Elustab kliinilisest surmast olevat abivajajat, kasutades õigeid võtteid, kutsub abi.			
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	1. Abivajaja vajaduste ja -teenuste kirjeldus: valmistab ette ühe abivajaja baasil, töö on kirjeldav ning välja on toodud seosed seadusandluse ja/või rehabilitatsiooniga. 2. Võrdleb kahe KOV-i hooldusteenuseid- ja toetusi ning toob välja võimalikud probleemid multikultuurses keskkonnas. 3. Essee „Mida ma olen teinud viimase aasta jooksul oma tervise heaks?“ 4. Essee ühest või kahest elamistoimingust õpetaja poolt antud teemal. 5. Hooldusplaani koostamine vastavalt ülesandele (toob välja abivajaja hooldusprobleemid, püstitab hooldustegevuse eesmärgid, kirjeldab vajalikke hooldustegevusi tuginedes elamistoimingutele, arvestades abivajaja individuaalsust ja eetilise käitumise põhimõtteid. Hindab püstitatud eesmärkide saavutamist). Töö on vormistatud vastavalt kirjalike tööde vormistamise juhendile.			

<b>Mooduli hinde kujunemine</b>	Moodul hinnatakse mitteeristavalt. Mooduli hinne kujuneb iseseisvate tööde ja hindamisülesannete tulemustest ning hooldusplaani esitlusest.
<b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b> (avalikult kättesaadav)	<ol style="list-style-type: none"><li>1. I.Asberg, M. (2012). Hooldus erinevate haiguste korral ja ravimiõpetuse alused: hooldustöötaja riikliku õppekava rakendamist toetav õppematerjal. Riiklik Eksami-ja Kvalifikatsioonikeskus. <a href="http://www.digar.ee/id/nlib-digar:102920">http://www.digar.ee/id/nlib-digar:102920</a></li><li>2. Jaanisk. M, Koor. M, Kübar.K, Lepp.T, Läänelaid.S, Murov. A, Simm.P, Timm.M, Treial.M, Vahtramäe.A,Varik.M, Pael.J. (2015). Hoolides ja hoolitsedes. Õpik –käsiraamat hooldustöötajatele. Argo.</li><li>3. Roper, N., Logan, W., Tierney, A. J. (1999). Õenduse alused</li><li>4. Rahvatervise seadus RT I, 05.12.2012, <a href="https://www.riigiteataja.ee/akt/115032011017">https://www.riigiteataja.ee/akt/115032011017</a></li><li>5. Puuetega inimeste sotsiaaltoetuste seadus RT, 06.12.2012 <a href="https://www.riigiteataja.ee/akt/106122012014">https://www.riigiteataja.ee/akt/106122012014</a></li><li>6. Kohaliku omavalitsuse teenused ja toetused. Leitav: <a href="https://www.tootukassa.ee/content/teenused/kohaliku-omavalitsuse-teenused-ja-toetused">https://www.tootukassa.ee/content/teenused/kohaliku-omavalitsuse-teenused-ja-toetused</a></li><li>7. Kindlustused (töötukassa). Leitav: <a href="https://www.haigekassa.ee/inimesele">https://www.haigekassa.ee/inimesele</a></li><li>8. Eesti elukestva õppe strateegia 2020. Leitav: <a href="https://www.hm.ee/sites/default/files/strateegia2020.pdf">https://www.hm.ee/sites/default/files/strateegia2020.pdf</a></li><li>9. Von Normann-Coleman.B. (2017). Hooldus elu lõpus. AS Eesti Meedia.</li><li>10. K. Anttila, T. Kaila-Mattila, S. Kan.S (2017). Hoitamalla hyvää oloa. Sanoma Pro</li><li>11. Psühhiaatriline õendus. Tallinna Sotsiaaltöö Keskus.</li><li>12. Parm, Ü., Parv, V.(2002). Nakkushaigused. Härmametsa Talu kirjastus.</li><li>13. M. Hannuksela, T. Reunala, J. Karvonen, R. Suhonen. (2002). Nahahaigused. Medicina</li><li>14. Toiduseadus. Leitav: <a href="https://www.riigiteataja.ee/akt/750600">https://www.riigiteataja.ee/akt/750600</a></li><li>15. Toiduohutus. Leitav: <a href="https://www.agri.ee/et/eesmargid-tegevused/toiduohutus">https://www.agri.ee/et/eesmargid-tegevused/toiduohutus</a></li><li>16. Soots, A. Toiduainete tervistav toime.</li><li>17. Vesingi, M.Tervie hoidmise toidud: laktoosita, gluteenita, kaseiinita.</li><li>18. Toitumine. Leitav: <a href="http://www.toitumine.ee">www.toitumine.ee</a></li><li>19. 19.Tamming, A. Humanistlik psühholoogia. Leitav: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=KVCTfH0ddPY">https://www.youtube.com/watch?v=KVCTfH0ddPY</a></li><li>20. Lorents, A. Inimese elukulg. Leitav: <a href="https://www.hariduskeskus.ee/opiobjektid/elukulg/">https://www.hariduskeskus.ee/opiobjektid/elukulg/</a></li><li>21. Grünthal-Drell, M. Toitumine . Leitav: <a href="https://www.tlu.ee/opmat/tp/terviseopetus/toit/index.html">https://www.tlu.ee/opmat/tp/terviseopetus/toit/index.html</a></li><li>22. Veigel, M. 2011. Laste ja noorte kehaline aktiivsus. Leitav: <a href="https://www.tlu.ee/opmat/tp/aktiivsus/index.html">https://www.tlu.ee/opmat/tp/aktiivsus/index.html</a></li><li>23. Toitumine (tarkvanem.ee). Leitav: <a href="https://tarkvanem.ee/toitumine/">https://tarkvanem.ee/toitumine/</a></li><li>24. Isiksushäired (peaasi.ee). Leitav: <a href="https://peaasi.ee/mis-on-isiksushaired/">https://peaasi.ee/mis-on-isiksushaired/</a></li><li>25. Pitsi, T.,Salupuu, K. 2018/2021. Tervislik toitumine.</li><li>26. Enders, G. 2017. Võluv soolestik.</li><li>27. Raudne, R. 2018. Plekktrumm. <a href="https://arhiiv.err.ee/vaata/plekktrumm-riina-raudne">https://arhiiv.err.ee/vaata/plekktrumm-riina-raudne</a></li><li>28. Uusberg, U. 2019. Plekktrumm. <a href="https://arhiiv.err.ee/vaata/plekktrumm-part-uusberg/same-series">https://arhiiv.err.ee/vaata/plekktrumm-part-uusberg/same-series</a></li></ol>

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Maht EKAP		
2	MAJAPIDAMISTÖÖDE KORRALDAMINE	2 EKAP		
<b>Eesmärk:</b> õpetusega taotletakse, et õpilane omandab praktilised oskused puhastus- ja korrastustööde tegemiseks kasutades iseennast, abivajajat ning keskkonda säästvaid töövõtteid ja -meetodeid.				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> puuduvad				
<b>Õpetajad:</b> Merike Kravets, Hedy Lehtmets, Janne Toom, Katrin Kivisild, Viktoria Karin				
Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja ülesanded	Mooduli teemad
1. Dokumenteerib tegevused vastavalt ettevõtte korrale, kasutab ennast ja keskkonda säästvaid töövõtteid.	<ol style="list-style-type: none"> <li>Planeerib ja teeb abivajajat kaasates majapidamis-, puhastus- ja korrastustööd, dokumenteerib elektrooniliselt kokkulepped.</li> <li>Selgitab pesu- ja puhastusteenuste korraldamist abivajaja eelistustest ja soovidest lähtudes.</li> <li>Selgitab kodukeemia kasutamise nõudeid toote etiketil ja kasutab isikukaitsevahendeid.</li> <li>Juhendab abivajajat olmeprügi sorteerimisel vastavalt jäätmekäitlusseadusele.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Loeng e-toega</li> <li>- Arutelu</li> <li>- Infootsing</li> <li>- Vaatlus</li> <li>- Harjutamine</li> <li>- Esitlus</li> <li>- Rühmatöö</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Situatsioonülesanne (korrastustööde plaani koostamine)</li> <li>- Praktiline ülesanne (prügi sorteerimine)</li> <li>- Test (puhastusvahendite, olme ja puhastustehnika juhendites kasutatavate tingmärkide ning ohutustehnika jäätmekäitluse nõuete kohta)</li> </ul>	<p><b>1. Korrastus ja puhastustööd: -koristus- ja isikukaitsevahendid ja seadmed</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- tööde planeerimine ja tööplaani koostamine</li> <li>- abivajaja jõukohane kaasamine planeerimisse</li> <li>- puhastustööde tegemine kodus, tervishoiu- ja hooldusasutuses</li> <li>- suurkoristus</li> <li>- olmeprügi sorteerimine, keskkonnasäästlikkus</li> </ul> <p><b>2. Töös kasutatavad materjalid</b></p>

<p>2. Korraldab vajalikke majapidamistöid vastavalt lepingus/hooldusplaanis fikseeritule, eriolukordades toimib vastavalt juhistele.</p>	<p>1. Korraldab abivajaja majapidamises vajalike töid, pisiparandusi ja olmetehnika remonti lähtudes abivajaja võimalustest.</p> <p>2. Selgitab enda tegevust, ohtusid sisaldavates avariilistes eriolukordades.</p> <p>3. Kirjeldab nõuetekohast jäätmekäitlust majapidamises ning tervishoiu- ja hooldusasutuses.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rühmatöö (jõukohane kaasamine)</li> <li>- Iseseisev töö arvutil: (kirjeldus kodukoristus, pisiparanduste, pesu- ja puhastusteenuste korraldamise kohta)</li> </ul>	<p><b>-puhastusvahendid ja kasutamise nõuded (etikett/juhend tootel)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- tööohutus</li> <li>- erinevad puhastatavad pinnad</li> </ul> <p><b>3. Töotervishoid koristamisel</b></p> <p><b>4. Majapidamistöid</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- majapidamistöide planeerimine lähtuvalt hooldusplaanist ja/või lepingust</li> <li>- majapidamises vajalike tööde korraldamine</li> <li>- eriolukorrad: vee- ja elektriavarii, juurdepääsuteede tagamine jne.</li> </ul> <p><b>5. Jäätmekäitlus majapidamises, tervishoiu- ja hooldusasutuses</b></p> <p><b>6. Olmeparasiidid</b></p>
<p><b>Iseseisev töö moodulis</b></p>	<p>1. Planeerib ja koostab abivajaja puhastus- ja korrastustööde plaani.</p> <p>2. Iseseisev töö arvutis: kirjeldus kodukoristus, pisiparanduste, pesu- ja puhastusteenuste korraldamise kohta lähtudes abivajaja eelistustest.</p>			
<p><b>Mooduli hinde kujunemine</b></p>	<p>Moodul hinnatakse mitmeeristavalt. Mooduli hinne kujuneb iseseisvate tööde ja hindamisülesannete tulemusena ning praktilise ülesande lahendamisenä.</p> <p><b>Praktiline ülesanne:</b> vastavalt abivajaja keskkonna kirjeldusele, harjumustele ja vajadustele nimetada teostatavad majapidamis- ja korrastustööd ja demonstreerida enda tegevust tööde teostamisel.</p> <p>Ülesanne sisaldab:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· koristusvahendi- ja masina demonstratsiooni arvestades ergonoomikat;</li> <li>· vähemalt ühte eluaseme korrastamise eriolukorda;</li> <li>· vajadust abivajaja kaasamiseks/motiveerimiseks;</li> <li>· tekkinud prügi sorteerimise vajadust ja isikliku keskkonnateadlikkuse demonstratsioon.</li> </ul>			

**Kasutatav õppekirjandus  
/õppematerjal**

1. Alt, H., Puusepp, K. 2010. Koristamine - see on lihtne? Riiklik Eksami- ja Kvalifikatsioonikeskus.
2. Haav, A. (2015). Toidu ohutu pakkumine ning säilitamine kodus ja lasteaias. Leitav: [https://intra.tai.ee/images/eventlist/events/30-01-15\\_TEL\\_talvekool15\\_Haav\\_toidu\\_ohutu\\_pakkumine.pdf](https://intra.tai.ee/images/eventlist/events/30-01-15_TEL_talvekool15_Haav_toidu_ohutu_pakkumine.pdf)
3. Koristamine – see on lihtne. Video. Digitaalne õppematerjal. E-koolikott. Leitav: <https://e-koolikott.ee/oppematerjal/21807-Koristamine-see-on-lihtne-Video>
4. Koristuslapi kasutamine. E-koolikott. Leitav: <https://youtu.be/kV4ArhxEupc>
5. Kuura, E. Tekstiilide hooldus. E-õppematerjal leitav: <https://www.hariduskeskus.ee/opiobjektid/tekstiilid/?Tekstiilid>
6. Roos, S., Err, S. (2012) Puhastuse käsiraamat tervishoiuasutusele: tervishoiuasutustele kehtestatud nõudmisi järgides. Tedex Eesti.
7. Tamm, T., Kuura, E., Lapp, S. (2012) Majapidamistöo majutusettevõttes Kirjastus Argo 2012
8. Tito, A. (2021). Kuidas kodus koristada ja desinfitseerida. Leitav: <https://www.youtube.com/watch?v=bgYjVbMLiRY>
9. Trepikoristamine. E-koolikott. Leitav: <https://youtu.be/FKzlkTWQsrA>
10. Turner, A. (2007) Kuidas olla täiuslik koduperenaine 2007
11. WC koristamine. E-koolikott. Leitav: <https://youtu.be/Qu6KxdtfGfg>



Mooduli nr	Mooduli nimetus	Maht EKAP		
3	TÖÖ LASTEGA	4 EKAP		
<b>Eesmärk:</b> õpetusega taotletakse, et õpilane omandab teadmised, oskused ja hoiakud lastega perede toimetuleku toetamiseks				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> on läbitud või on läbimisel moodul “Abistamine elamistoimingutes ja hooldustegevuste läbiviimine”				
<b>Õpetajad:</b> Birgit Nicolau Costa, Ingrid Tiido, Jaana Sepp, Marju Johanson, Evi Kruzman				
Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja – ülesanded	Teemad
1. Märkab laste ja perede probleeme, toetab peret igapäevaelus toimetulekul, lähtudes abivajadusest ja majanduslikest võimalustest.	1. Kirjeldab laste ja perede probleeme, hindab laste ja perede abivajadust ning juhendab pöördumisel spetsialisti poole vastavalt abivajadusele, tuginedes lastekaitsealaste õigusaktide nõuetele. 2. Abistab lastega peret igapäevaelus toimetulekul (sh pere eelarve koostamisel), arvestades pere majanduslike võimalusi.	- Loeng e-toega - Arutelu - Infootsing - Vaatlus - Harjutamine - Esitlus - Rühmatöö	- Praktiline ülesanne (eelarve koostamine) - Suuline esitlus (erinevad probleemid lastega) - Võrgustikukaardi koostamine	<b>1. Pereprobleemide kaardistamine ja kirjeldamine (sh keskkond, väärtused, hoiakud)</b> <b>2. Pere eelarve koostamine</b> <b>3. Võrgustiku aktiveerimine (hooldustöötaja roll ja ülesanded võrgustikus)</b> <b>4. Teenused ja toetused</b> <b>5. Iseseisvuse toetamine otsuste tegemisel</b> <b>6. Pervägivald ja väärkohtlemine</b>
2. Toetab lapse ja pere väärtuste kujunemist sotsiaalset võrgustikku kaasates.	1. Kirjeldab laste ja perede väärtuste kujundamist, ühiskonnas orienteerumisel ja kaasatusel, lähtudes kutse-etikast. 2. Aktiveerib sotsiaalset võrgustikku laste ja perede probleemide leevendamisel ja lahendamisel, lähtudes pere võimalustest ja vajadustest.			

<b>Iseseisev töö moodulis</b>	Pere eelarve: koostab elektrooniliselt ühe kuu eelarve, arvestades perele antavaid toetusi ja teenuseid, kirjeldades toimetulekut ja selle toetamist Seminariks ettevalmistamine: otsib teavet vastavalt ülesandele erinevatest allikatest laste probleemidega seonduvalt (perevägivald, väärkohtlemine, häired võrgustikus jne)
<b>Mooduli hinde kujunemine</b>	Moodul hinnatakse mitmeeristavalt. Moodul on arvestatud kui on koostatud ja esitletud pere tegevusplaan.
<b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Ajakiri Sotsiaaltöö. Leitav: <a href="http://www.tai.ee/valjaanded/ajakiri-sotsiaalto">http://www.tai.ee/valjaanded/ajakiri-sotsiaalto</a></li><li>2. EV Sotsiaalministeeriumi kodulehekülg. Leitav: <a href="http://www.sm.ee">www.sm.ee</a></li><li>3. Lastekaitse seadus. Riigi Teataja. Leitav: <a href="https://www.riigiteataja.ee/akt/121122016024">https://www.riigiteataja.ee/akt/121122016024</a></li><li>4. Sotsiaalhoolekande seadus. Riigi Teataja. Leitav: <a href="https://www.riigiteataja.ee/akt/130122015005">https://www.riigiteataja.ee/akt/130122015005</a></li><li>5. Pere eelarve. Minuraha. ee Leitav: <a href="https://minuraha.ee/et/rahaasjade-planeerimine/tulude-kulude-kirjapanek">https://minuraha.ee/et/rahaasjade-planeerimine/tulude-kulude-kirjapanek</a></li><li>6. Perekonnaseadus. Riigi Teataja. Leitav: <a href="https://www.riigiteataja.ee/akt/13330603">https://www.riigiteataja.ee/akt/13330603</a></li></ol>

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Maht EKAP		
4	TÖÖ EAKATEGA	5 EKAP		
<b>Eesmärk:</b> õpetusega taotletakse, et õpilane omandab teadmised, oskused ja hoiakud eaka abistamiseks elamistoimingutes				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> on läbitud või on läbimisel moodul “Abistamine elamistoimingutes ja hooldustegevuste läbiviimine”				
<b>Õpetajad:</b> Merike Kravets, Albina Šider				
Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja – ülesanded	Teemad
1. Hindab eaka vananemisega seotud füüsilise, psüühiliste ja sotsiaalsete muutuste mõju lähtudes eaka tegevusvõimest ja keskkonnast.	1. Hindab eaka vananemisega seotud füüsiliste, psüühiliste ja sotsiaalsete muutuste mõju igapäevaelus toimetulekule vastavalt tegevusvõimele ja keskkonnale.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Loeng e-toega</li> <li>- Arutelu</li> <li>- Infootsing</li> <li>- Vaatlus</li> <li>- Harjutamine</li> <li>- Esitlus</li> <li>- Rühmatöö</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Praktiline ülesanne (hooldusplaani koostamine)</li> <li>- Suuline esitlus (hooldusplaani tutvustamine)</li> </ul>	<p><b>1. Gerontoloogia:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- põlvkondadevahelised erinevused</li> <li>- rahvastiku vananemine</li> <li>- aktiivsena vananemine</li> <li>- vananemisega seotud muutused organismis (bio- psühhosotsiaalne vananemine)</li> <li>- eaka abistamine ja juhendamine toimetulekuprobleemidest lähtuvalt</li> <li>- eaka väärkohtlemine</li> </ul> <p><b>2. Geriaatria:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- normaalne ja patoloogiline vananemine</li> <li>- eaka terviseprobleemidest tulenevad toimetuleku probleemid</li> <li>- eaka kehalise ja vaimse tervise funktsioonivõime, igapäevaeluga toimetuleku, sotsiaalse tugivõrgustiku, elamistingimuste hindamine ja tegevuste rakendamine</li> </ul>
2. Märkab eaka terviseprobleeme abistab ja juhendab tema igapäevaelus toimetulekul, toetades ja säilitades tegevusvõimet.	<p>1. Abistab ja juhendab eakat igapäevaelus toimetulekul, säilitades maksimaalselt eaka iseseisvust ning enesekontrolli.</p> <p>2. Märkab eaka terviseprobleeme, lähtudes geriaatria alustest, aitab nendega toime tulla.</p>			

				- mäluhäiretega ja dementsusega eakate abistamine
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	1. Lahendab etteantud kriteeriumitele (nt RAI-KO) tuginedes ülesande: kirjeldab eaka abivajadust nii tervise- kui toimetulekuprobleemidest tulenevalt tema elukeskkonnas. Pakub välja lahendusvõimalusi. 2. Vastavalt ülesandele planeerib eakale toimetulekut toetavad tegevused ja teenused, kasutades erinevaid infootsinguid, leides eakale vajalikke lahendeid ja suunates teda teenuseni.			
<b>Mooduli hinde kujunemine</b>	Mitteeristav hindamine. Moodul on arvestatud kui on koostatud ja esitletud hooldusplaan.			
<b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Asberg, M. (2012). Hooldus erinevate haiguste korral ja ravimiõpetuse alused: hooldustöötaja riikliku õppekava rakendamist toetav õppematerjal. Riiklik Eksami-ja Kvalifikatsioonikeskus. <a href="http://www.digar.ee/id/nlib-digar:102920">http://www.digar.ee/id/nlib-digar:102920</a></li><li>2. Caughey, A. 2017. Elu dementsusega. Petrone Print OÜ.</li><li>3. Kauber, M. 2011. Eaka heaks: eakate toimetuleku ja heaolu toetamine läbi hooldustöö. Tallinna Pedagoogiline Seminar. Linnamägi. Ü. 2008. Käsiraamat dementsete haigete hooldajale. Eesti Alzheimeri Tõve Ühing.</li><li>4. Tilvis, R. &amp; Sourander, L. 1996. Geriaatria. AS Medicina.</li><li>5. Saks, K. jt. 2016. Gerontoloogia : õpik kõrgkoolidele. Tartu Ülikooli Kirjastus.</li><li>6. Follestad, A. 2016. Loomulik vananemine ja dementsus. Käsiraamat õdedele ja hooldustöötajatele. Lovisenberg Diakonale Sykehus. Diakonova. SA EELK Tallinna Diakooniahaigla.</li><li>7. Slettahjell, A.-E., W. 2007. Käsiraamat hooldusõdedele. Tallinn.</li><li>8. Anttila, K., Kaila - Mattila; Kan, S. 2016. Hoitamalla hyvää oloa. Sanoma Pro Oy. Helsinki.</li><li>9. Läänelaid, S.; Pael, J.; Varik, M. jt. 2015. Hoolides ja hoolitsedes. Õpik-käsiraamat hooldustöötajale. Argo.Tartu Tervishoiu Kõrgkool.</li></ol>			

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Maht EKAP		
5	TÖÖ ERIVAJADUSTEGA INIMESTEGA	6 EKAP		
<b>Eesmärk:</b> õpetusega taotletakse, et õpilane omandab teadmised erivajaduse liikidest ja puude raskusastmetest ning oskab sellest tulenevalt motiveerivalt toetada inimest probleemide lahendamisel. Teeb koostööd võrgustikuliikmete ja rehabilitatsioonispetsialistidega ning toetab abivahendi kasutamisel ja taotlemisel.				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> on läbitud või on läbimisel moodul “Abistamine elamistoimingutes ja hooldustegevuste läbiviimine”				
<b>Õpetajad:</b> Birgit Nicolau Costa, Signe Vaabel, Marelle Grünthal-Drell, Marju Johanson, Argo Soolep				
Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja – ülesanded	Teemad
1. Märkab abivajaja erivajadusest tulenevaid probleeme, leiab sobivad teenused ja toetused ning motiveerib eesmärkide teostamisel.	<ol style="list-style-type: none"> <li>Määratleb erivajadusest tuleneva probleemi, toetudes abivajajalt saadud informatsioonile, vaatlusele ja/või dokumentatsioonile.</li> <li>Kaardistab sobivad teenused ja toetused arvestades abivajaja individuaalsust ning suunates teda neid võrgustikule toetudes kasutama.</li> <li>Motiveerib ja toetab erivajadusega inimest eesmärkide püstitamisel ja otsuste vastuvõtmisel (töökoha ja elukoha valik, haridustee jätkamine, inimsuhete hoidmine ja tervise eest hoolitsemine jm), arvestades abivajaja vanust, puuet, toimetulekut ja keskkonda.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Loeng e-toega</li> <li>Arutelu</li> <li>Infootsing</li> <li>Vaatlus</li> <li>Harjutamine</li> <li>Esitlus</li> <li>Rühmatöö</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tegevusplaani koostamine ja tutvustamine.</li> </ul> <p>Tegevusplaani sisaldab:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>kliendi kirjeldus</li> <li>võrgustik (hooldustöötaja roll ja ülesanded võrgustikus)</li> <li>teenused ja toetused</li> <li>iseseisvuse toetamine otsuste tegemisel</li> <li>abivahendite kasutamine</li> <li>rehabilitatsiooni teenused</li> </ul>	<p><b>1.Erivajadused</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>erivajadusega inimene, erivajaduste liigid</li> <li>puuete klassifikatsioonid</li> <li>juhtumikorralduse alused</li> <li>Rahvusvaheline funktsioneerimise klassifikaator (RFK)</li> </ul> <p><b>2.Elamine, töötamine, õppimine</b></p> <p><b>3.Võrgustikutöö ja osalemine ühiskonnaelus</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>koostöö kliendiga</li> <li>võrgustikutöö</li> <li>hooldustöötaja roll võrgustikutöös</li> </ul> <p><b>4.Abivahendid ja kohandamine</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-sotsiaalne ja füüsiline juurdepääs.</li> <li>-töökoha kohandamine ja tööks vajaliku abivahendi taotlemine</li> <li>-kaitstud töö ja kaitstud keskkonnas töötamine</li> </ul>

<p>2. Juhendab abivajajat abivahendi kasutamisel ning toetab rehabilitatsiooniplaani täitmisel vastavalt abivajaja vajadustele ja võimalustele.</p>	<p>1. Tutvustab abivajajale abivahendi saamise võimalusi, abistab abivahendi hankimisel ning motiveerib ja juhendab erivajadusega inimest ja tema lähedasi selle kasutamisel, vastavalt abivajaja vajadustele ja võimalustele.</p> <p>2. Selgitab abivajaja elukeskkonna kohandamise vajadust, teeb vastavaid ettepanekuid, teiste erialade spetsialiste kaasates.</p> <p>3. Toetab meeskonnaliikmena abivajajat rehabilitatsiooniplaani täitmisel.</p>			<p><b>5.Töölane- ja sotsiaalne rehabilitatsioon</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- rehabilitatsiooniplaan</li> <li>- töötamist toetavad tööturuteenused ja meetmed.</li> <li>- kliendi tegevusplaan</li> </ul>
<p><b>Iseseisev töö moodulis</b></p>	<p>1. Elektroonilise teabelehe koostamine võimalikest teenustest ja toetustest konkreetsele abivajajale.</p> <p>2. Etapiviisilise juhendamise kava koostamine lähtuvalt abivajaja tegevusplaanist (võimalusel) vastavalt tema erivajadusele ja tegevusvõimele kasutades õpitud meetodeid.</p> <p>3. Ökokaardi (keskkonnakaart/ võrgustikukaart) koostamine.</p>			
<p><b>Mooduli hinde kujunemine</b></p>	<p>Mitteeristav hindamine. Moodul on arvestatud kui on koostatud ja esitletud tegevusplaan.</p>			
<p><b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b></p>	<p>1. Erihoolekandeteenused, 2012. EV Sotsiaalministeerium. Leitav: <a href="http://www.sotsiaalkindlustusamet.ee/erihoolekanne/">http://www.sotsiaalkindlustusamet.ee/erihoolekanne/</a></p> <p>2. Pedak, K. Erivajaduste liigid. Leitav: <a href="https://www.tlu.ee/opmat/ts/TST7006/6_erivajaduste_liigid.html">https://www.tlu.ee/opmat/ts/TST7006/6_erivajaduste_liigid.html</a></p> <p>3. Tegevusjuhendaja käsiraamat 2010. Rahu, A., Otepalu, M.(Toim). Tervise Arengu Instituut.</p> <p>4. Puudega inimesele, 2017. EV Sotsiaalministeerium. Leitav: <a href="https://www.sm.ee/et/puudega-inimesele-0">https://www.sm.ee/et/puudega-inimesele-0</a></p>			

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Maht EKAP		
6	SUHTLEMINE JA MEESKONNATÖÖ	2 EKAP		
<b>Eesmärk:</b> õpetusega taotletakse, et õpilane suhtleb proaktiivselt valides sobiva suhtlemisviisi ja kanali, toimib aktiivse meeskonnaliikmena ametiülesannete täitmisel oma pädevuste piires.				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> puuduvad				
<b>Õpetajad:</b> Piret Tamme, Maarika Veigel, Kristi Mähar, Tatjana Vetštomova				
Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja – ülesanded	Teemad
1. Valib suhtlusvõrgustikus sobiva suhtlemisviisi arvestades suhtluspartneri positsiooni, individuaalsust (sh võimekust) ja kultuurilist tausta.	1. Kirjeldab abivajaja sotsiaalset suhtlusvõrgustikku ning kasutab usaldusliku suhte loomisel sobivaid suhtlemisviise ja – vahendeid. 2. Suhtleb erineva positsiooni, kultuuritausta ja maailmavaatega inimestega kasutades sobivaid suhtlemisviise ja – vahendeid.	- Rollimäng - Enese suhtlemisoskuste analüüs - Rühmatöö	- Praktiline suhtlemissituatsioon ja rühmaarutelu (suhtlusvõrgustiku ning kliendi profiili kirjeldamine) - Ühe konfliktse olukorra kirjeldamine ja lahendamise võimaluste kirjeldamine - Rühmaarutelu ennetusvõimalustest - Meeskonnatöö projekt: Planeerib ja viib meeskonnatööna läbi ettevõtlikkust arendava tegevuse sihtgrupi vajadustest lähtuvalt. - Tagasiside ja arutelu meeskonnatöö projektist	<b>1. Suhtlemine</b> - suhtlemisetapid ja vahendid <b>2. Suhtlemisvormid</b> - -verbaalne ja mitteverbaalne suhtlemine - -telefoni- ja internetisuhtlus - suhtlemine klienditeeninduses ja meeskonnatöö <b>3. Esinemisoskused</b> <b>4. Kehakeel</b> <b>5. Käitumisviisid</b> - alistuv käitumine - agressiivne käitumine - ennast kehtestav käitumine ehk ensekehtestamine <b>7. Konfliktid kui vastuolud</b> <b>8. Meeskonnatöö</b> - delegerimine
2. Märkab probleeme ja konfliktset olukorda ning lahendab olukorra lähtuvalt abivajajast, sobivaid suhtlemisviise kasutades.	1. Kirjeldab probleemide ja konfliktide ennetamise võimalusi, sobivaid tehnikaid kasutades. 2. Kirjeldab konfliktset olukorda ja probleeme dokumentatsioonile ja vaatlusele toetudes. 3. Lahendab probleeme ja konflikte oma pädevuse piires lähtuvalt abivajajast,			

	sobivaid tehnikaid kasutades (sh alternatiivkommunikatsiooni võimalusi, viiplimine).			
3. Korraldab meeskonnatööd, toetab ja juhendab kolleege oma pädevuste piires, arvestades abivajaja vajadusi.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kirjeldab meeskonna kujunemisprotsessi ja toimimist, lähtudes meeskonnatöö põhimõtetest;</li> <li>2. Planeerib meeskonnatöö koostades kava ja arvestades oma organisatsiooni eripära ning abivajajate vajadusi.</li> </ol>			
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	Analüüsib kirjalikult üht elust võetud suhtlemise probleemsituatsiooni, tuues välja võimalikud kultuurilised jm erinevused. Koostab meeskonnas tegevuskava (probleemi kirjeldusest lähtuvalt) ühe hooldustööd soodustava tegevuse toetamiseks.			
<b>Mooduli hinde kujunemine</b>	Mitteeristav hindamine. Mooduli hinne kujuneb iseseisvate tööde ja hindamisülesannete tulemustest.			
<b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. E. Kuylenstierna (2014). „Rääkimine on kuld“ Tänapäev.</li> <li>2. T. Niiberg (2011). „Suhtlemise kuldreeglid“ Pegasus</li> <li>3. T. Lehtsaar (2015). „Suhtlemiskonflikti psühholoogia“ Tartu Ülikooli kirjastus.</li> <li>4. B. Rosen (2010). Suhte probleemide lahendamine: asjatundlikud lahendused igapäevastele probleemidele. Äripäeva kirjastus</li> <li>5. Jemeljanov, L. <a href="https://eestielu.weebly.com/suhtlemise-motildeiste-ja-olemus-suhtlemise-liigid-suhtlemine-kui-protsess-suhtlemise-etapid.html">https://eestielu.weebly.com/suhtlemise-motildeiste-ja-olemus-suhtlemise-liigid-suhtlemine-kui-protsess-suhtlemise-etapid.html</a></li> <li>6. Mc Kay, M., Davis, M., Fanning, P. (2004). Suhtlemisõskused. Tallinn: Väike Vanker.</li> </ol>			



Mooduli nr	Mooduli nimetus	Maht EKAP		
7	<b>ÕPITEE JA TÖÖ MUUTUVAS KESKKONNAS</b>	<b>5 EKAP</b>		
<b>Eesmärk:</b> õpetusega taotletakse, et õpilane tuleb toime oma karjääri planeerimisega kaasaegses majandus-, ettevõtlus- ja töökeskkonnas, lähtudes elukestva õppe põhimõtetest				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> puuduvad				
<b>Õpetajad:</b> Piret Tamme, Maarika Veigel, Are Kangus, Piret Gilden, Jaanika Talts, Kristi Mähar, Irma Nahkor, Tatjana Vetštomova, Maarika Rümmel, Aleksander Pulver				
Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja – ülesanded	Teemad
1. Kavandab oma õpitee, arvestades isiklikke, sotsiaalseid ja tööalaseid võimalusi ning piiranguid.	<ol style="list-style-type: none"> <li>Analüüsib juhendamisel oma huvisid, väärtusi, oskusi, teadmisi, kogemusi ja isiksuseomadusi, sh õpi-, suhtlemis ja koostööoskusi seoses hooldustöötaja erialaga.</li> <li>Sõnastab juhendamisel eneseanalüüsi tulemustest lähtuvad isiklikud õpieesmärgid ja põhjendab neid.</li> <li>Koostab juhendamisel isikliku eesmärgipärase õpitegevuste plaani, arvestades oma huvide, ressursside ja erinevate keskkonnateguritega.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Loeng</li> <li>- E-õpe</li> <li>- Iseseisev töö</li> <li>- Rühmatöö</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Eneseanalüüs ja õpitegevuste plaan</li> <li>- Majanduskeskkonna kirjeldus vastavalt ülesandele</li> <li>- Töökeskkonna analüüs vastavalt ülesandele</li> <li>- Praktiline meeskonnatöö probleemianalüüs ja lahenduste leidmine</li> <li>- Suhtlemisteemaline ülesanne</li> <li>- Lühi- ja pikaajaline karjääriplaan</li> <li>- CV vormistamine</li> </ul>	<b>1. Õpitee kavandamine:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- tööalase karjääri kujundamine</li> <li>- tööalane areng</li> <li>- töötamine.</li> <li>- CV</li> <li>- muu dokumentatsioon sh motivatsioonikiri</li> <li>- kandideerimine,</li> <li>- eneseareng</li> <li>- õpioskused</li> <li>- tööturg ja kutsesüsteem</li> <li>- info kogumine, säilitamine ja süstematiseerimine</li> <li>- õpitee kavandamise võimalused</li> <li>- õpitegevuste plaan</li> </ul> <b>2. Ühiskond ja turumajandus:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- majanduse alused</li> <li>- turumajanduse olemus</li> <li>- nõudluse ja pakkumuse mehhanism</li> <li>- ettevõtluskeskkond</li> </ul>
2. Mõistab ühiskonna toimimist, tööandja ja organisatsiooni väljakutseid, probleeme ning võimalusi.	1. Selgitab meeskonnatööna turumajanduse toimimist ja selle osapoolte ülesandeid.			

	<ol style="list-style-type: none"><li>2. Kirjeldab meeskonnatööna piirkondlikku ettevõtluskeskkonda.</li><li>3. Selgitab regulatsioonidest lähtuvaid tööandja ja töövõtja rolle, õigusi ja kohustusi.</li><li>4. Kirjeldab organisatsioonide vorme ja tegutsemise viise, lähtudes nende eesmärkidest.</li><li>5. Valib enda karjääri eesmärkidega sobiva organisatsiooni ning kirjeldab selles enda võimalikku rolli.</li><li>6. Seostab erinevaid keskkonnategureid enda valitud organisatsiooniga ning toob välja probleemid ja võimalused.</li></ol>			<ul style="list-style-type: none"><li>- konkurents</li><li>- organisatsiooni vormid</li><li>- tööseadusandlus ja töökeskkond/ tööandja ja töövõtja, õigused ja kohustused</li><li>- asjaajamine ja dokumendihaldus – töökeskkonnaohutuse ja tervishoiu tagamise meetmed</li></ul> <p><b>3. Kultuur ja väärtused</b></p> <p><b>4. Arvutiõpetus</b></p>
<p>3. Kavandab omapoolse panuse väärtuste loomisel enda ja teiste jaoks kultuurilises, sotsiaalses ja/või rahalises tähenduses.</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Analüüsib erinevaid keskkonnategureid ning määratleb meeskonnatööna probleemi ühiskonnas.</li><li>2. Kavandab meeskonnatööna uuenduslikke lahendusi kasutades loovustehnikaid.</li><li>3. Kirjeldab meeskonnatööna erinevate lahenduste kultuurilist, sotsiaalset ja/või rahalist väärtust.</li><li>4. Valib meeskonnatööna sobiva jätkusuutliku lahenduse probleemile.</li></ol>			

	5. Koostab meeskonnatöona tegevuskava valitud lahenduse elluviimiseks.			
4. Mõistab enda vastutust oma tööalase karjääri kujundamisel ning on motiveeritud ennast arendama.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Selgitab tegureid, mis mõjutavad tema karjäärivalikuid ja millega on vaja arvestada otsuste langetamisel, lähtudes eesmärkidest ning lühi- ja pikaajalisest karjääriplaanist.</li> <li>2. Selgitab enda õpitavate oskuste arendamise ja rakendamise võimalusi muutuv keskkonnas.</li> <li>3. Analüüsib oma kutsealast arengut õpingute vältel, seostades seda lähemate ja kaugemate eesmärkidega ning tehes vajadusel muudatusi eesmärkides ja/või tegevustes.</li> <li>4. Kasutab asjakohaseid infoallikaid endale koolitus-, praktika- või töökoha leidmisel ning koostab kandideerimiseks vajalikud materjalid.</li> </ol>			
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	Harjutusülesanded, projektitöö, e-kirja vormistamine, CV vormistamine			
<b>Mooduli hinde kujunemine</b>	Moodulit hinnatakse mitmeeristavalt. Mooduli hinnang kujuneb iseseisvate tööde ja hindamisülesannete hinnangute kogumist			
<b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Randma, T. 2008. Ettevõtluse alused. OÜ Infotrükk.</li> <li>2. Pramann Salu, M. 2005. Ettevõtluse alused. Kirjastus Ilo.</li> <li>3. Soots, A. 2019 Nõustamine ja läbipõlemise ennetamine nõustamistöös.</li> <li>4. Tolk, Ü. Turundusuuringu koostamine küsitluse teel. Leitav: <a href="http://e-ope.khk.ee/oo/evoti/kysitus/">http://e-ope.khk.ee/oo/evoti/kysitus/</a></li> <li>5. Zeiger, P. 2013. Ettevõtlus. Leitav: <a href="https://ettevotlusope.weebly.com/2-ettevotildetus.html">https://ettevotlusope.weebly.com/2-ettevotildetus.html</a></li> </ol>			

6. Zeiger, P. 2013. SWOT-analüüs. Leitav: <https://ettevotlusope.weebly.com/9110-swot-analuumlumls.html>

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Maht EKAP		
8	PRAKTIKA	30 EKAP		
<b>Eesmärk:</b> õpetamisega taotletakse, et õpilane arendab, täiendab ja rakendab teoreetilises õppetöös omandatud teadmisi ja oskusi praktilises töökeskkonnas, kujundab sotsiaalseid oskusi, isiksuseomadusi ja hoiakuid, mis tõstavad õpilase valmisolekut tulevaseks tööeluks				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> on läbitud või läbimisel moodulid “Abistamine elamistoimingutes ja hooldustegevuste läbiviimine”, “Majapidamistöõde korraldamine”, “Töö lastega”, “Töö eakatega”, “Töö erivajadusega inimestega”, “Suhtlemine ja meeskonnatöö”				
<b>Õpetajad:</b> Maarika Veigel, Kristi Mähar, Tatjana Vetštomova, Merike Kravets				
Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja ülesanded	Mooduli teemad
1. Analüüsib kutsestandardi kompetentsidest lähtuvalt oma valmidust tulevaseks tööeluks.	1. Analüüsib kutsestandardist, kutse-eetikast ja õigusaktidest (sotsiaalhoolekande seadus jm) tulenevaid nõudeid hooldustöötajale. 2. Hindab oma valmidust tööks hooldustöötajana.	- Seminarid - Õppepraktika töökeskkonnas	- Praktika-päeviku täitmine - Praktikat kokkuvõttev ettekanne lõpu-seminaril	Õppepraktika tervishoiuasutuses, hoolekandeasutuses või avahoolduses <b>1. Enesehindamine: praktika tegevuste planeerimine, praktika dokumenteerimine ja soorituse analüüs</b> <b>2. Abivajaja füüsilise, psüühilise ja sotsiaalse turvalisuse toetamine: abivajaja tervisliku seisundi hindamine erinevaid meetodeid ja instrumente kasutades, turvalisuse tagamine, hooldustegevuste planeerimine meeskonnas ja nende sooritamine</b> <b>3. Abivajaja toetamine ja juhendamine elamistoimingutes: söömine, riietumine, hügieen, surija hooldamine, surnu korrastamine</b> <b>4. Abivajaja tervisliku seisundi jälgimine ja hooldus erinevate haiguste korral: tervisenäitajate (nt kehatemperatuur, pulss ja hingamine, arteriaalne vererõhk ja veresuhkur) mõõtmine ja terviseseisundi jälgimine; naha seisundi</b>
2. Loob abivajajale turvalise keskkonna, arvestades hooldusplaani.	1. Jälgib abivajaja turvalisust füüsilisest, psüühilisest ja sotsiaalsest seisundist tulenevate probleemide korral. 2. Korraldab abivajajale turvalise keskkonna vastavalt tema vajadustele.			
3. Juhendab ja toetab abivajajat hooldustegevustes järgides kutse-eetikat.	1. Hindab abivajaja elamistoiminguid ning koostab vastavalt nendele toetava hooldusplaani. 2. Rakendab hooldusplaani lähtudes abivajaja hooldusvajadusest.			

	<p>3. Juhendab, motiveerib ja aktiveerib abivajajat igapäevatoimingutega iseseisvalt toime tulema.</p>			<p><b>jälgimine ja hooldus, õe abistamine</b>  <b>õendustoimingute sooritamisel</b></p>
<p>4. Jälgib abivajaja seisundit ja hooldab abivajajat erinevate elundkondade haiguste korral ennast ja abivajajat säästvalt.</p>	<p>1. Mõõdab, hindab ja protokollib iseseisvalt elulisi näitajaid (pulss, vererõhk, kehatemperatuur, hingamissagedus jm) kasutades sobivaid meetodeid ja instrumente.</p> <p>2. Hooldab abivajajat arvestades erinevate elundkondade haiguste eripära ning lähtudes hooldustoimingu sooritamisel inimese anatoomiast, füsioloogiast ja patoloogiast.</p> <p>3. Juhendab, jälgib ja abistab abivajajat ravimite manustamisel, vajadusel manustab neid vastavalt etteantud juhistele.</p> <p>4. Abistab õde õendustoimingutes vastavalt juhendamisele.</p> <p>5. Jälgib erinevatele haigusseisunditele vastavaid toidusedeleid.</p>			<p><b>5. Ergonoomika ja abivahendid: Ennast ja abivajajat säästvate töövõtete ning kaitsevahendite kasutamine, abivajaja juhendamine abivahendite kasutamisel</b></p> <p><b>6. Suhtlemine abivajaja ja tema võrgustiku: sobiva suhtlemisviisi ja –meetodite kasutamine, probleemide märkamine, ennetamine ja nendega tegelemine</b></p> <p><b>7. Meeskonnatöös osalemine: aktiivne osalemine meeskonnatöös arvestades praktikaorganisatsiooni eripära, abivajajate vajadusi; kolleegide toetamine tööga kaasnevate probleemide maandamisel kasutades aktiivse kuulamise oskust</b></p> <p><b>8. Eetiline käitumine: oma tegevuses üld- ja kutse-eeetika põhimõtetest lähtumine ning abivajaja rahvuslike, kultuuriliste ning usuliste tõekspidamiste respektseerimine</b></p> <p><b>9. Eluaseme korrastamine, majapidamistöde korraldamine: ohutustehnika nõuete ja ergonoomiliste põhimõtete järgimine majapidamis-, puhastus – ja korrastustööde</b></p>

5. Kasutab hooldamisel ergonoomilisi töövõtteid ja abivahendeid ning juhendab abivajajat abivahendite kasutamisel.	1. Kasutab ergonoomilisi võtteid abivajaja liigutamisel ja liikumise juhendamisel. 2. Juhendab abivajajat sobivate abivahendite kasutamisel ja hooldamisel.			<b>korraldamisel ja teostamisel ning abivajaja kaasamisel</b> <b>10. Teenuste korraldamine: toimetulekut toetavate rehabilitatsiooni-, sotsiaal- ja tervishoiuteenuste korraldamine vastavalt sätestatud teenuste loetelule (sh hooldus- või rehabilitatsiooni plaan), teenuste osutamine koostöös võrgustikuga</b>
6. Planeerib ja viib läbi abivajajale ealiselt sobivaid ja jõukohaseid aktiveerivaid tegevusi.	1. Planeerib abivajaja tegevusvõimet toetavaid aktiveerivaid ja loovtegevusi. 2. Viib läbi erinevas eas ja seisundis inimestele sobivaid loov- ja aktiveerivaid tegevusi.			
7. Juhendab abivajajat eluaseme korrastamisel ja majapidamistöodes, vajadusel teostab need tööd ise.	1. Juhendab, motiveerib ja aktiveerib abivajajat toime tulema eluaseme korrastamise ja majapidamistöödega. 2. Vajadusel korrastab eluaseme ja korraldab majapidamistööd rakendades ohutustehnika nõudeid.			
8. Juhendab ja toetab abivajajat teenuste taotlemisel ja vajadusel korraldab neid.	1. Juhendab ja toetab abivajajat vajalikke teenuseid kasutama lähtudes hooldusplaanist. 2. Vajadusel korraldab teenused koostöös kohaliku omavalitsuse vm asutusega.			

9. Suhtleb abivajajaga, kolleegidega ja võrgustikuga lugupidavalt.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Suhtleb abivajajaga ja juhendab abivajajat ning tema võrgustikku arusaadaval moel.</li> <li>2. Kasutab kaasaegseid suhtlemismeetodeid.</li> <li>3. Märkab ja ennetab konfliktsituatsiooni, konflikti tekkimisel valib sobiva lahendusstrateegia.</li> </ol>			
10. Osaleb meeskonnatöös.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Osaleb aktiivse ja vastutava meeskonnaliikmena oma üksuse igapäevases töös.</li> <li>2. Omandab individuaalse ja rühmatöö võtted.</li> <li>3. Käitub meeskonnas vastastikust suhtlemist võimaldaval viisil.</li> </ol>			
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	Praktika dokumentide koostamine ja vormistamine: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. tutvub praktikakoha kohustuslike praktikadokumentide esitamise juhistega ja allkirjastab enne praktikat praktikalepingu;</li> <li>2. püstitab individuaalsed praktika eesmärgid;</li> <li>3. täidab praktikapäevikut;</li> <li>4. koostab praktika lõpuseminari esitluse.</li> </ol>			
<b>Mooduli hinde kujunemine</b>	Moodul hinnatakse mitteeristavalt. Moodul loetakse arvestatuks, kui praktika on sooritatud. Moodlesse on esitatud nõuetekohaselt vormistatud praktikapäevik ning suuliselt esitletud ettekanne praktika lõpuseminaril.			
<b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b>	-			

## VALIKÕPINGUTE MOODULID

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Maht EKAP		
1	VÕÕRKEEL	5 EKAP		
<b>Eesmärk:</b> õpetusega taotletakse, et õpilane tuleb algtasemel toime suulise ja kirjaliku väljendamisega ning kuulamisoskusega.				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> puuduvad				
<b>Õpetajad:</b> Maarika Rummel, Elvira Rozenblat				
Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja – ülesanded	Teemad
1. Suhtleb algtasemel igapäevastel ja erialastel teemadel, rakendades hääldamise põhimõtteid ja peamisi grammatikareegleid.	1. Kasutab suhtlemisel algtasemel igapäevast sõnavara, rakendades hääldamise põhimõtteid ja peamisi grammatikareegleid. 2. Kasutab suhtlemisel abivajaja ja tema võrgustikuga algtasemel erialast sõnavara, rakendades hääldamise põhimõtteid ja peamisi grammatikareegleid.	- Kuulamine - Lugemine - Iseseisev töö - E-õpe - Seminar	- Ülesannete lahendamine - Kuulamine - Kirjutamine - Dialoog	1. Hääldusreeglid 2. Grammatikareeglid 3. Igapäevane sõnavara 4. Erialane sõnavara 5. Hääldusreeglid 6. Grammatikareeglid 7. Igapäevane sõnavara 8. Erialane sõnavara 9. Töö tekstidega (lugemine ja koostamine)
2. Mõistab ja koostab algtasemel tekste, arvestades peamisi grammatikareegleid.	1. Mõistab lihtsamaid kirjalikke tekste. 2. Koostab lihtsaid seostatud tekste tuttavatel teemadel, kasutades õpitud sõnavara.			
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	Suulise enesetuvustuse ettevalmistamine (mina, pere, töö, hobid). Eriala puudutava sõnavara tõlkimine ja kasutamine näitelausestes. Teksti lugemine, tõlkimine ja kokkuvõtte kirjutamine.			
<b>Mooduli hinde kujunemine</b>	Moodul hinnatakse mitteeristavalt. 1. Situatsioonülesanne: suuline dialoog hooldustööd puudutaval teemal			



	2. Kirjalik ülesanne kuulnud teksti kohta
<b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kotkas, E.; Piirsalu, S. ; Salumets, K. 2012. Erialase eesti keele õppematerjal hooldustöötajatele/Tallinna Tervishoiu Kõrgkool, Integratsiooni ja Migratsiooni Sihtasutus Meie Inimesed.</li> <li>2. Kotkas, E. jt. 2010. Erialase eesti keele õppematerjal tervishoiutöötajatele: Õpetajaraamat/Eesti Vabariigi Haridus- ja Teadusministeerium, Tallinna Tervishoiu Kõrgkool, Integratsiooni ja Migratsiooni Sihtasutus Meie Inimesed.</li> <li>3. Kotkas, E. 2008. Vene keele õppematerjal õenduse õppetooli üliõpilastele. Tallinna Tervishoiu Kõrgkool.</li> <li>4. Valmis, A.; Valmis, L. 2001. Lihtne eesti keele grammatika harjutuste ja võtmega. TEA Kirjastus. Tallinn.</li> <li>5. Eslon, P. 2003. Lihtne vene keele grammatika harjutuste ja võtmega. TEA Kirjastus. Tallinn.</li> </ol>

<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Maht EKAP</b>
2	<b>EESTI KEEL I</b>	<b>5 EKAP</b>

**Eesmärk:** .õpetusega taotletakse, et õpilane tegeleb individuaalselt erinevate eestikeelsete erialaste ja üldtekstide kuulamise ja nendest kirjalike lühikokkuvõtete tegemisega.

**Nõuded mooduli alustamiseks:** puuduvad

**Õpetajad:** Maarika Rümmel

<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>	<b>Õppemeetodid</b>	<b>Hindamismeetodid ja – ülesanded</b>	<b>Teemad</b>
1. Mõistab ja koostab algtasemel tekste, arvestades peamisi grammatikareegleid.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mõistab lihtsamaid kirjalikke tekste.</li> <li>2. Koostab lihtsaid seostatud tekste tuttavatel teemadel, kasutades õpitud sõnavara.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Loeng</li> <li>- Seminar</li> <li>- E- õpe</li> <li>- Dialoog</li> <li>- Situatsioonülesanne</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kuulamine, kirjutamine</li> <li>- Tekstide lugemine ja tõlkimine</li> <li>- Dialoogide koostamine</li> <li>- Sõnavara rakendamine</li> <li>- Erialase sõnastiku koostamine,</li> <li>- Hooldustöötaja sõnastiku kasutamine</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Inimese anatoomia</li> <li>2. Hooldusabivahendid</li> <li>3. Hooldustöötaja tööülesanded</li> <li>4. Patsiendi jälgimine ravimite andmisel</li> <li>5. Erakorralised olukorrad</li> <li>6. Grammatika teemad <ul style="list-style-type: none"> <li>- eesti keele käänded, harjutused</li> <li>- verbide pööramine eesti keeles</li> <li>- lausete koostamise põhimõtted</li> </ul> </li> <li>7. Eriala- ja üldkeele sõnavara</li> <li>8. Erialase tekstide lugemine ja koostamine eesti keeles</li> </ol>
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Õpperaamatut ja väljendite kogu kasutades harjutama õppematerjalis olevaid tekste ja nende juurde kuuluvad ülesandeid.</li> <li>2. Täitma õpetaja poolt antud grammatikaülesandeid.</li> </ol>			

	3. Lihtsate seostatud tekstide tuttavatel teemadel koostamine kasutades õpitud sõnavara
<b>Mooduli hinde kujunemine</b>	Moodul hinnatakse mitteeristavalt, Hinnangu saamise aluseks on lävendikriteeriumi saavutamine
<b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kotkas, E., Piirsalu, S., Salumets, K. (2012). "Erialase eesti keele õppematerjal hooldustöötajatele" (õpik, väljendite kogu, kuulamisfailid). <a href="http://www.kutsekeel.ee">www.kutsekeel.ee</a></li> <li>2. Valmis, A., Valmis, L. (2001). Lihtne eesti keele grammatika. Tallinn: TEA.</li> <li>3. Slettahjell Winsnes, A. (2007). Käsiraamat hooldusõdedele. Tallinn: TEA</li> <li>4. Paavel, V. (2009). Hooliva hooldaja käsiraamat. Tallinn: EV Sotsiaalministeerium, Tervise Arengu Instituut.</li> <li>5. Erelt, T. (2005). Eesti ortograafia. Tallinn: Eesti Keele Sihtasutus.</li> <li>6. Eesti-vene sõnaraamat. <a href="http://www.eki.ee/dict/evs/">http://www.eki.ee/dict/evs/</a> (25.02.2015).</li> <li>7. Õigekeelsussõnaraamat. (2006). <a href="http://www.eki.ee/dict/qs/">http://www.eki.ee/dict/qs/</a> (15.02.2015).</li> </ol>

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Maht EKAP		
3	<b>EESTI KEEL II</b>	<b>5 EKAP</b>		
<b>Eesmärk:</b> . Õpetusega taotletakse et õpilane saavutab keeleoskuse taseme, mis võimaldab keelekeskkonnas iseseisvalt ja enesekindlalt hakkama saada				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> Esimese mooduli tulemuslikkus				
<b>Õpetajad:</b> Maarika Rümmel				
Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja – ülesanded	Teemad
1. Suhtleb algtasemel abivajaja ja tema perega, kasutades erialast sõnavara, rakendades kutse - eetika põhimõtteid ja lihtsamaid grammatikareegleid.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kasutab suhtlemisel abivajaja ja tema võrgustikuga algtasemel erialast sõnavara, rakendades peamisi grammatikareegleid.</li> <li>2. Oskab eetilisel õigesti vestelda teiste ümbritsevate inimestega, oskab õigesti rahustada nii abivajajat kui tema lähedasi.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Loeng</li> <li>- Seminar</li> <li>- E- õpe</li> <li>- Dialoog</li> <li>- Situatsioonülesanne</li> <li>- Kuulamine</li> <li>- Kirjutamine</li> <li>- Lugemine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ülesannete lahendamine</li> <li>- Dialoogide koostamine</li> <li>- Lühiettekannete koostamine ja esitamine</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Suhtlemine</li> <li>2. Kutse-eeetika hooldustöötajate töös</li> <li>3. Hooldustegevuste juhendid</li> <li>4. Erialase tekstide koostamine eesti keeles</li> <li>5. Lühiettekanneteks erialastel- ja üldteemadel</li> <li>6. Grammatikaülesanded</li> <li>7. Ankeetide, testide, blankettide täitmine</li> </ol>
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	1. Oskab nimetada ja täita erinevaid dokumentatsiooni vorme			

	2. Koostab ja esitab lühietekandeid eesti keeles, vastab küsimustele
<b>Mooduli hinde kujunemine</b>	Moodul hinnatakse mitmeeristavalt, Hinnangu saamise aluseks on lävendikriteeriumi saavutamine
<b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kotkas, E., Piirsalu, S., Salumets, K. (2012). "Erialase eesti keele õppematerjal hooldustöötajatele" (õpik, väljendite kogu, kuulamisfailid). www.kutsekeel.ee</li> <li>2. Valmis, A., Valmis, L. (2001). Lihtne eesti keele grammatika. Tallinn: TEA.</li> <li>3. Slettahjell Winsnes, A. (2007). Käsiraamat hooldusõdedele. Tallinn: TEA</li> <li>4. Paavel, V. (2009). Hooliva hooldaja käsiraamat. Tallinn: EV Sotsiaalministeerium, Tervise Arengu Instituut.</li> <li>5. Erelt, T. (2005). Eesti ortograafia. Tallinn: Eesti Keele Sihtasutus.</li> <li>6. Eesti-vene sõnaraamat. <a href="http://www.eki.ee/dict/evs/">http://www.eki.ee/dict/evs/</a> (25.02.2015).</li> <li>7. Õigekeelsussõnaraamat. (2006). <a href="http://www.eki.ee/dict/qs/">http://www.eki.ee/dict/qs/</a> (15.02.2015).</li> </ol>

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Maht EKAP
4	TOITUMISNÕUSTAMISE ALUSED	5 EKAP

**Eesmärk:** õpetusega taotletakse, et õpilane omandab teadmised abivajajale sobivast tasakaalustatud toitumisest, toiduohutusest, toitumisest haiguste ja erivajaduste korral ning oskused tasakaalustatud vajadustele vastava menüü koostamiseks

**Nõuded mooduli alustamiseks:** on läbitud või on läbimisel moodul "Abistamine elamistoimingutes ja hooldustegevuste läbiviimine"

**Õpetajad:** Maarika Veigel, Marelle Grünthal-Drell

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja – ülesanded	Teemad
1. Koostab abivajajale sobiliku tasakaalustatud menüü, arvestades tema vanust ja erivajadusi.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kirjeldab ja põhjendab tasakaalustatud toitumise põhimõtteid, lähtudes abivajaja vanusest.</li> <li>2. Kasutab abivajajale sobiliku menüü koostamisel rakendusi (nt. nutridata) tagamaks sobivalt energia ja toitainete vajaduse.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tõhustatud loeng</li> <li>- Praktiline harjutamine</li> <li>- E-õpe, video, kirjalik töö</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Esitlus</li> <li>- Iseseisev töö</li> <li>- Arutelu</li> <li>- Seminar</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Tasakaalustatud toitumise põhimõtted</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- abivajaja energia ja toitainete vajadus</li> <li>- abivajaja menüü koostamine (nutridata)</li> </ul> </li> <li>2. <b>Toiduohutus</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- toiduhügieen (toidu saastumise vältimine toidu valmistamisel, säilitamisel, serveerimisel)</li> </ul> </li> </ol>

2. Mõistab toiduhügieeni põhimõtteid toidukäitlemise erinevates etappides.	1. Kirjeldab ja põhjendab toiduhügieeni põhimõtteid toidukäitlemise erinevates etappides (toidu valmistamine, säilitamine, serveerimine). 2. Nimetab ja põhjendab toidusaastumise allikaid ja tagajärgi erinevates toidukäitlemise etappides.			<ul style="list-style-type: none"> <li>- toidu kaudu levivad haigused</li> <li>- toidu lisaained (säilitus-, paksendus-, lisa-, värv- jm ained)</li> </ul> <p><b>3. Toitumissoovitused haiguste ja erivajaduste korral</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- gluteeni- ja kaseiinitalumatus, diabeet, allergiad, südame-veresoonkonnahaigused jm</li> <li>- autismispektrihäired, ath jms</li> <li>- söömishäired</li> </ul> <p><b>4. Toitumine erijuhtudel (neelamishäired, stoom, operatsioonijärgselt jm), sh kunstlik toitmine.</b></p>
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	1.Koostab teemakaardi toiduohutuse teemal. 2.Koostab esitluse loosiga valitud toitumissoovituse teemal. 3.Koostab menüü.			
<b>Mooduli hinde kujunemine</b>	Moodul hinnatakse mitteeristavalt, Hinnangu saamise aluseks on lävendikriteeriumi saavutamine			
<b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tervislik toitumine. Tervise Arengu Instituut. Leitav: <a href="http://www.toitumine.ee/">http://www.toitumine.ee/</a></li> <li>2. Toiduohutus. <a href="https://www.agri.ee/et/eesmargid-tegevused/toiduohutus">https://www.agri.ee/et/eesmargid-tegevused/toiduohutus</a></li> <li>3. Enders, G. 2017. Võluv soolestik.</li> <li>4. Grünthal-Drell, M. (2010) Toitumine. Leitav: <a href="http://www.tlu.ee/opmat/tp/terviseopetus/toit/index.html">http://www.tlu.ee/opmat/tp/terviseopetus/toit/index.html</a></li> <li>5. Rahvastiku tervise arengukava 2020-2030. Leitav: <a href="https://www.sm.ee/sites/default/files/content-editors/Tervishoid/rahvatervis/rta_2020-2030.pdf">https://www.sm.ee/sites/default/files/content-editors/Tervishoid/rahvatervis/rta_2020-2030.pdf</a></li> <li>7. Teesalu, S. 2006. Toitumine tõhusalt ja individuaalselt igas eas. Tartu. Kirjastus OÜ Telit.</li> <li>8. Simson, M., Oja, E. 2010. Toidu mõju lapse ajule, arengule ja käitumisele. Kirjastus Stella Borealis.</li> <li>9. Soots, A. Toiduainete tervistav toime.</li> <li>10. Vokk, R. 2009. Toitumine ja kehaline aktiivsus. Millist kütust kehale valida? Liikumine ja sport. Sport kõigile. EOK, lk.51.</li> <li>11. Toitumine (tarkvanem.ee). Leitav: <a href="https://tarkvanem.ee/toitumine/">https://tarkvanem.ee/toitumine/</a></li> <li>12. Pitsi, T.,Salupuu, K. 2018/2021. Tervislik toitumine.</li> <li>13. Menüü koostamise alused. E-koolikott. Leitav: <a href="#">SIIT</a></li> </ol>			

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Maht EKAP		
5	MASSAAŽI ALUSED	5 EKAP		
<b>Eesmärk:</b> õpetusega taotletakse, et õpilane omandab oskused vähendada emotsionaalset ja lihasinget lihtsamate massaaživõtete hooldustoimingute käigus.				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> on läbitud moodul “Abistamine elamistoimingutes ja hooldustegevuste läbiviimine”				
<b>Õpetajad:</b> Aili Toonverk, Tiina Naarits				
Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja – ülesanded	Teemad
1. Kasutab lihtsamaid massaaživõtteid emotsionaalsete ja lihasingete vähendamiseks, järgides hügieenireegleid ja ergonoomika põhimõtteid.	1. Kirjeldab massaaži näidustusi ja vastunäidustusi, arvestades kliendi seisundit. 2. Demonstreerib lihtsamaid massaaživõtteid, järgides hügieenireegleid ja ergonoomika põhimõtteid.	- Loeng - Praktikum - E-õpe - Iseseisev töö	- Kirjaliku töö koostamine ja esitlemine - Ülesandest lähtuvalt massaaži-vahendite kirjeldamine - Massaaživõtete demonstreerimine	<b>1. Anatoomia-füsioloogia lühiülevaade</b> <b>2. Massaaži toime organismile</b> <b>3. Kliendi seisundi jälgimine (sh massaaži näidustused ja vastunäidustused)</b> <b>4. Massaaži läbiviimine</b> - protseduuri hügieenireeglid - lihtsamad võtted: voolimine, vajutamine, rullimine, silitamine. - töövahendid ja ergonoomika <b>5. Hooldustoimingute (pesemine, kreemitamise) ühitamine massaaži võtetega</b> <b>6. Hingamine kui lõõgastustehnika kasutamine</b>
2. Ühitab hooldustoimingud massaaži võtetega.	1. Kirjeldab massaaživahendeid, lähtudes hooldustoimingutest. 2. Demonstreerib massaaživõtete kasutamist hooldustoimingute sooritamisel.			
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	Koostab kirjaliku töö loosiga valitud elundkonna anatoomia-füsioloogiast ja esitleb seda.			
<b>Mooduli hinde kujunemine</b>	Moodul hinnatakse mitmeeristavalt. Moodul on arvestatud kui on läbiviidud lihtne massaažiseansi, kasutades sobivaid töövahendeid ning järgides hügieenireegleid ja ergonoomika põhimõtteid			
<b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b>	1. Eesti Tegevusterapeutide Liidu kodulehe materjalid. Leitav: <a href="http://www.tegevusteraapia.ee/index.php/materjalid">http://www.tegevusteraapia.ee/index.php/materjalid</a> 2. Case - Smith, J. (2010). Occupational Therapy for Children. The Ohio State University Columbus, Ohio 3. Pääsuke. M., Ereline.J., Inimese liigutustegevuse biomehhaanika. Tartu 2001. 4. Ilves.M, Rannamaa.L, Müür.M, Kartau. A-K. Klassikalise massaaži õpik. Tallinn 2012. 5. Õpetaja poolt koostatud õppematerjal „Klassikalise massaaži põhialused“.			

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Maht EKAP		
6	ALTERNATIIVKOMMUNIKATSIOON	5 EKAP		
<b>Eesmärk:</b> õpetusega taotletakse, et õpilane omandab alternatiivkommunikatsiooni aluste põhimõtted ja oskab neid seostada tulevase erialaga				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> Eelnevalt on läbitud moodul “Töö Erivajadustega inimestega”, omandatud kutse- eetika põhimõisteid ja suhtlemise aluseid.				
<b>Õpetajad:</b> Tatjana Vetštomova, Birgit Nicolau-Costa				
Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja – ülesanded	Teemad
1. Mõistab alternatiivkommunikatsiooni põhimõisteid ja meetodeid, demonstreerides nende kasutamist.	1. Loetleb vastavalt ülesandele alternatiivkommunikatsiooni põhimõisted ja oskab neid defineerida ning kasutada. 2. Demonstreerib vastavalt ülesandele alternatiivkommunikatsiooni meetodite kasutamist.	- Loeng - Arutelu - Infootsing - Esitlus - Teemaatilised videod - Harjutamine	- Infootsing - (töö kirjandusega ja erinevate kõne häirete kirjeldamine; erinevate alternatiivkommunikatsiooni vahendite ja nende kasutamise iseärasused) - Suuline esitlus – alternatiivkommunikatsiooni süsteemide esitamine - Praktiline ülesanne - kirjeldab/näitab alternatiivkommunikatsiooni süsteemi kasutamise võimalusi.	<b>1. Alternatiivkommunikatsioon: mõiste, kõne toetav ja asendav kommunikatsioon.</b> <b>2. Põhilised kõne häired ja nende iseärasused. Kes vajab alternatiivkommunikatsiooni?</b> <b>3. Kommunikatsioonioskuste areng</b> <b>4. Alternatiivkommunikatsiooni erinevad süsteemid ja selle kasutamise iseärasused</b>
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	1.Kirjeldab erinevate kõne häirete iseärasusi 2. Erinevate alternatiivkommunikatsioonisüsteemide (vahendite) kirjelduse leidmine kirjanduse alusel: süsteem (vahendid), sihtrühma, ning alternatiivkommunikatsiooni vahendite kasutamise iseärasused ja näidised.			
<b>Mooduli hinde kujunemine</b>	Moodul hinnatakse mitmeeristavalt, hinnangu saamise aluseks on lävendikriteeriumi saavutamine			
<b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b>	1. Parker, S. (2002). Suhtlemisvahendid: nüüd ja tulevikus. Koolibri.Tallinn. 2. Koorits, M. (1995). Blisskeel suhtlemisvahendina. TÜ Sotsiaalteaduskond, Eripedagoogika osakond. 3. Erivajadustega laste hoolekande- ja rehabiliteerimisvajaduste hindamine ja kulg.(1999). Tartu.			

	4. Melsas, M.(2008). Kommunikatsioonivõimalused. Õppematerjal pedagoogidele ja sotsiaalse tugivõrgustiku spetsialistidele hooldusõppes põhihariduse omandanud õppijate kaasamiseks kutseõppesse.
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Maht EKAP
7	<b>E-LAHENDUSED KODUHOOLDUSES</b>	<b>3 EKAP</b>

**Eesmärk:** õpetusega taotletakse, et õpilane tuleb toime e-teenuste ja toodete tutvustamisega koduhoolduses

**Nõuded mooduli alustamiseks: läbitud on teemad:** Tervishoiu- ja sotsiaalhoolekandesüsteem ja seadusandlus

**Õpetajad:** Annika Elmend, Piret Tamme

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja – ülesanded	Teemad
1. Mõistab erinevaid koduhoolduse teenuse tõhustamiseks pakutavaid e-teenuseid ja tooteid.	1. Nimetab erinevaid e-teenuseid ja tooteid vastavalt kliendigrupile. 2. Kirjeldab e-teenuseid ja tooteid abivajaja individuaalsust arvestades. 3. Selgitab teenuste ja toodete omavahelisi seoseid ja nimetab probleemid kliendigrupist lähtuvalt.	- Õppekäik - Rühmatöö - Loeng e-toel - Rollikaart - Rollimängud	- Iseseisev töö infootsinguna - ülevaade oma piirkonnas pakutavatest e-toodetest ja teenustest - Infovoldiku koostamine abivajajale, kust ja kuidas leida sobivaid tooteid ja teenuseid	<b>1. Seadusandlus</b> <b>2. E-teenused ja tooted ja nende kasutamine</b> <b>3. Soodustuste saamine</b> <b>4. Hankimise võimalused</b> <b>5. Hooldus</b> <b>6. E-teenuste ajalugu</b>
2. Teeb koostööd e-teenuste ja toodete pakkujatega sihtgrupist lähtuvalt.	1. Loetleb tervishoiu- ja sotsiaalvaldkonna e-teenuse pakkujaid ja tooteid Eesti turul. 2. Koostab e-teenuste ja toodete pakkujate võrgustiku kaardi sihtgrupist lähtuvalt. 3. Loob kontakti e-teenuste ja toodete pakkujatega oma pädevuste piires.			

3. Juhendab abivajajat e-teenuste ja toodete kasutamisel lähtudes abivajaja võimekusest ja võimalustest.	1. Demonstreerib abivajajale e-teenuste ja toodete kasutamist. 2. Õpetab abivajajat e-teenust ja toodet kasutama.			
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	Infootsing			
<b>Mooduli hinde kujunemine</b>	Moodul hinnatakse mitteeristavalt. Hinne kujuneb iseseisvate tööde ja hindamisülesannete tulemusena			
<b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b>	1. Õpetaja materjalid			

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Maht EKAP
8	<b>PERSONIKESKNE HOOLDUS</b>	<b>3 EKAP</b>

**Eesmärk:** õpetusega taotletakse, et õpilane omandab teadmised ja hoiakud persoonikesksest lähenemisest

**Nõuded mooduli alustamiseks:**

**Õpetajad:** Piret Tamme, Maire Raidvere

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja – ülesanded	Teemad
1. Töötamisel abivajajaga lähtub persoonikesksest lähenemisest.	1. Kirjeldab persoonikeskset hooldust tuginedes vähemalt viiele kirjandusallikale. 2. Tutvustab erinevaid abivajaja kaasamiseks sobivaid meetodeid. 3. Võimestab abivajajat ja tema lähedasi olla kaasatud otsuste tegemise protsessi vastavalt abivajaja taustale, soovidele ja hooldusplaanile.	- Loeng - Arutelud - Rollimängud - Rühmatööd	- Infootsing (persoonikeskne hooldus) - Suuline esitlus (kaasamismeetodid) - Rollimäng (abivajaja ja tema lähedaste võimestamine)	<b>1. Erinevad käsitlused: 2. Persoonikeskus 3. Patsiendikeskus 4. Holistiline maailmavaade 5. Võimestamine</b>
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	Infootsing märksõnad: persoonikeskne, holistiline maailmavaade, võimestamine			
<b>Mooduli hinde kujunemine</b>	Moodulit hinnatakse mitteeristavalt. Hinne kujuneb iseseisvate tööde ja hindamisülesannete tulemusena			



<b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tammsaar, Ü. (2013). Patsientide hinnangud ödede patsiendikesksusele statsionaarsetes ortopeedia ja traumatoloogia osakondades. Magistritöö. Tartu Ülikool, õendusteaduse osakond. <a href="https://core.ac.uk/download/pdf/14498702.pdf">https://core.ac.uk/download/pdf/14498702.pdf</a> (21.03.2021).</li> <li>2. Tervishoiuteenuste korraldamise seadus. (RT I 2001, 50, 284; 15.03.2019). <a href="https://www.riigiteataja.ee/akt/113032019165">https://www.riigiteataja.ee/akt/113032019165</a> (26.04.2021).</li> <li>3. Õpetaja materjalid</li> </ol>
----------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Maht EKAP
9	<b>VANEMAEALISTE MÄLUTREENING</b>	<b>5 EKAP</b>

**Eesmärk:** õpetusega taotletakse, et õpilane tutvub aju töö põhimõtetega, mälu toimimisega ning mäluhõlmatega.

**Nõuded mooduli alustamiseks:** on läbitud moodul “Abistamine elamistoimingutes ja hooldustegevuste läbiviimine”

**Õpetajad:** Kadi Bulgarin, Tiina Tambaum

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja –ülesanded	Teemad
1. Tutvub aju töö ja mälu toimimise põhimõtetega ning tunneb mäluhõlmataid.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Loetleb erinevaid mäluhõlmataid meetodeid.</li> <li>2. Oskab rakendada lihtsamaid mäluhõlmataid võtteid.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Loeng</li> <li>- Iseseisev töö</li> <li>- Grupitöö</li> <li>- Seminar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Praktilise mäluhõlmataid kava esitlemine</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mälu, mäletamine, unustamine</li> <li>2. Mäluhõlmataid</li> <li>3. Aju tervis</li> <li>4. Mäluhõlmataid ajalugu Eestis</li> </ol>

**Iseseisev töö moodulis** Tutvub erialase kirjandusega. Koostab mäluhõlmataid kava/ülesande, kasutades mõnda mäluhõlmataid.

**Mooduli hinde kujunemine** Moodulit hinnatakse mitmeeristavalt. Moodul loetakse hinnatuks, kui hindamisülesanne on sooritatud positiivsele tulemusele.

<b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Õpetajate poolt koostatud õppematerjal ja soovitatav kirjandus.</li> <li>2. Endel Tulving ” Episoodilise mälu elemendid”</li> <li>3. Kai Saks “Gerontoloogia”</li> <li>4. Kai Saks “Avameelselt vananemisest”</li> <li>5. Rick Hanson, Richard Mendius “Sinu Aju”</li> <li>6. Jaan Aru “Ajust ja arust”</li> <li>7. Anders Hansen “Tugev aju. Kuidas liikumine ja treening sinu aju tugevdavad”</li> <li>8. Gareth Moore “Ajutreening edasijõudnutele”</li> </ol>
----------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

9. E-infokiri “Seinaleht” <a href="https://65b.weebly.com">https://65b.weebly.com</a> 10. Tiina Tambaum: vananemine algajatele <a href="https://www.youtube.com/channel/UCmZnaieT3VouLrwN2XtP3AA">https://www.youtube.com/channel/UCmZnaieT3VouLrwN2XtP3AA</a> 11. Töövihik “Särts”
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Maht EKAP		
10	JUUSTE HOOLDUS	5 EKAP		
<b>Eesmärk:</b> õpetusega taotletakse, et õpilane omandab teadmised ja oskused juuste ning peanaha hooldusest, oskab kasutada lihtsamaid võtteid soengu tegemiseks.				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> on läbitud või on läbimisel moodul “Abistamine elamistoimingutes ja hooldustegevuste läbiviimine”				
<b>Õpetajad:</b> Kaja Seppel				
Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja – ülesanded	Teemad
1. Mõistab juuste ja peanaha hoolduse põhimõtteid ning tunneb nende hooldusvahendeid.	1. Loetleb ja tutvustab juuksehooldusvahendeid. 2. Selgitab juukse ning peanaha hoolduse põhimõtteid.	- Tõhustatud loeng - Arutelu - Teemaatilised videod - E-õpe - Vaatlus - Harjutamine	- Suuline esitlus – juuksehooldusvahenditest - Praktiline ülesanne - kirjeldab juukse hoolduse põhimõtteid ja näitab soengu tegemiseks lihtsamate võtete kasutamist	<b>1. Juuste ja peanaha anatoomia 2. Juuksehooldusvahendid ja nende spetsiifika kasutamisel 3. Lihtsamad soengu tegemise võtted</b>
2. Kasutab soengute tegemiseks lihtsamaid võtteid.	1. Kirjeldab lihtsamaid võtteid ja vahendeid soengute tegemiseks. 2. Demonstreerib soengu tegemist.			
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	1.Määratleb abivajaja peanaha ja juuste (tervisliku) seisundi, vajadusel soovib hooldustooteid; valmistab ette kliendi juuste ja peanaha pesemiseks; valib pesemiseks sobivad tooted lähtuvalt kliendi juuste ja peanaha seisundist; peseb juukseid ja peanahka, kasutades masseerivaid pesemisliigutusi. 2.Kasutab lihtsamaid juuksehooldamise võtteid ja praktiseerib soengu tegemist.			
<b>Mooduli hinde kujunemine</b>	Moodul hinnatakse mitteeristavalt, hinnangu saamise aluseks on lävendikriteeriumi saavutamine			
<b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b>	1. Widdowson, R. „Peamassaaž“, Varrak, 2004. 2. Widmer, L. „Nahahaigused“, Medicina 2006. 3. Kang,A. „Süües terveks ja kauniks“, Ajakirjade Kirjastus 2006. 4. Juuste pesemine ja hooldus. <a href="https://juuksur.innove.ee/chapter2/28.php">https://juuksur.innove.ee/chapter2/28.php</a>			

	<p>5. Juuste struktuur. <a href="http://www.tthk.ee/Esitlus_2008/Juuksed/juukse_struktuur.html">http://www.tthk.ee/Esitlus_2008/Juuksed/juukse_struktuur.html</a></p> <p>6. Seppel, K. Viru, K. Juuksuritöö alusõppe õpikeskkond. Normaalne peanahk ja juuksed. <a href="https://juuksur.innove.ee/chapter2/24.php">https://juuksur.innove.ee/chapter2/24.php</a></p> <p>7. Seppel, K. Viru, K. Juuksuritöö alusõppe õpikeskkond. Juuste pesemine ja hooldus. <a href="https://juuksur.innove.ee/chapter2/28.php">https://juuksur.innove.ee/chapter2/28.php</a></p> <p>8. Seppel, K. Viru, K. Juuksuritöö alusõppe õpikeskkond . Pea pesemine. <a href="https://juuksur.innove.ee/chapter2/31.php">https://juuksur.innove.ee/chapter2/31.php</a></p>
--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Maht EKAP
11	<b>KEHALISE AKTIIVSUSE TOETAMINE JA FÜSIOTERAAPIA</b>	<b>5 EKAP</b>

**Eesmärk:** õpetusega taotletakse, et õpilane omandab teadmised ja oskused kehalise aktiivsuse kujundamise alustest, oskab kasutada lihtsamaid füsioteraapias kasutatavaid võtteid

**Nõuded mooduli alustamiseks:**

**Õpetajad:** Maarika Veigel, Marju Johason, Marelle Grünthal-Drell

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Õppemeetodid	Hindamismeetodid ja – ülesanded	Teemad
1. Teab kehalise aktiivsuse mõistega seonduvat ja selle kujundamise toetamist.	<p>1. Loetleb erinevaid kehalise aktiivsuse komponente ja seostab mõjuteguritega seonduvat.</p> <p>2. Oskab kasutada lihtsamaid rakendusi kehalise aktiivsuse määramiseks.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tõhusatatud loeng</li> <li>- Seminar</li> <li>- Praktikum</li> <li>- Rühmatöö</li> <li>- Harjutamine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Praktiline ülesanne liikumisrakenduse kasutamiseks</li> <li>- Test</li> <li>- Rühmatöö valikteemal kehalise aktiivsuse kujundamisest (nt poster, juhised erinevas vanuses abivajajale, näited füsioteraapia võtete kasutamisest)</li> </ul>	<p><b>1. Kehaline aktiivsus elukaare vältel. Väsimus.</b></p> <p><b>2. Kehalise aktiivsuse mõjutegurid ja kehalised võimed (ülevaade)</b></p> <p><b>3. Kehalise aktiivsuse määramiseks rakendused</b></p> <p><b>4. Füsioteraapia üldised alused</b></p> <p><b>5. Lihtsamad meetodid tööks abivajajaga (nt joogast, rühiharjutused, kinesteetika, liigestel liikuvust parandavad harjutused jm)</b></p>
2. Demonstreerib lihtsamate füsioteraapia meetodite/võtete kasutamist.	<p>1. Tunneb füsioteraapia üldiseid aluseid.</p> <p>2. Oskab lihtsamate füsioteraapiliste võtete kasutamist tööks abivajajaga ka eneseabistamiseks.</p>			
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	<p>1.Koostab posterit osa kehalise aktiivsuse kujundamisest abivajajale</p> <p>2.Koostab esitluse liikumisrakenduse kasutamise kohta</p>			

<b>Mooduli hinde kujunemine</b>	Moodul hinnatakse mitteeristavalt, hinnangu saamise aluseks on lävendikriteeriumi saavutamine
<b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Balkrishna (2018). Laste jooga.</li> <li>2. Veigel, M. (2012) Laste ja noorte kehalised võimed ja nende arendamine. <a href="https://www.tlu.ee/opmat/tp/voimed/index.html">https://www.tlu.ee/opmat/tp/voimed/index.html</a></li> <li>3. Veigel, M. (2013) Loovus ja liikumine. <a href="https://www.tlu.ee/opmat/tp/loovus-liikumine.pdf">https://www.tlu.ee/opmat/tp/loovus-liikumine.pdf</a></li> <li>4. Aalto, R. (2008). Liigutaja käsiraamat. Targa tervise liikumise juht. Tallinn</li> <li>5. Büsch, D. (2009). Jõutreeningu meetodilised põhialused. Liikumine ja sport II osa. Sport kõigile ühenduselt</li> <li>6. Hein, V. (2002). Võimlemine kehalise arendamise ettevalmistumiseks. Tartu - <a href="http://www.cs.ut.ee/~vello/VoimlemiseOpik.PDF">http://www.cs.ut.ee/~vello/VoimlemiseOpik.PDF</a></li> <li>7. Jalak, Rein (2006), Tervise Treening</li> <li>8. Jalak, R., Weineck, J. (2008). Kehalised võimed ja organism. Trükk Sunprint Invest</li> <li>9. Jogendra. Jooga harrastaja isiklik hügeen.</li> <li>10. Kamja, Pall(2011) Füsioterapeudi käsiraamat.</li> <li>11. Karvonen P. (2003). Liikumisrõõm. Tallinn</li> <li>12. Koovit, Gert (2005), Hea Vormi ABC</li> <li>13. Loko, J. (2002). Laste ja noorte spordiõpetus. Tartu</li> <li>14. Weller, Jooga pika elu jaoks.</li> </ol>

<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Maht EKAP</b>		
12	<b>KULTUURIDE JA USUNDITE ERIPÄRA</b>	<b>3 EKAP</b>		
<b>Eesmärk:</b> õpetusega taotletakse, et õpilane omandab teadmised kultuuride mitmekesisusest, suuremate religioonide geograafilisest levikust maailmas ja Eestis.				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> puuduvad				
<b>Õpetajad:</b> Karmela Tennemaa, Hedi Vilumaa				
<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>	<b>Õppemeetodid</b>	<b>Hindamismeetodid ja – ülesanded</b>	<b>Teemad</b>
1. Mõistab Eesti, Euroopa ja maailma kultuuripärandit, teadvustab kultuuri rolli igapäevaelus.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kirjeldab kultuuride mitmekesisust ja eripärasusi ühiskonna ja terviku tasandil ning ühiskonna sees.</li> <li>2. Orienteerub tänapäevases multikultuurses ühiskonnas,</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Loeng</li> <li>- Rühmatöö</li> <li>- E-õpe</li> <li>- Referaat</li> <li>- Diskussioon</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Iseseisev töö infootsinguna</li> <li>- Kirjaliku töö koostamine ja esitlemine seminaris teemal: “Milliste usunditega olen kokku puutunud”</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Kultuuri mõiste, erinevad kultuuriteooriad</b></li> <li><b>2. Maailmakultuuri areng läbi ajaloo, kultuurierinevused</b></li> <li><b>3. Euroopa kultuur</b></li> </ol>

	aktsepteerides erinevusi inimeste ning nende tõekspidamiste vahel.			<ul style="list-style-type: none"> <li>- kultuuri roll inimeste igapäevaelus: multikultuursus, erinevad subkultuurid</li> </ul>
2. Mõistab maailma ja Eesti erinevaid levinumaid religioone, eristab suuremaid konfessioone ning usulisi rühmitusi.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kirjeldab ja analüüsib erinevate religioonide sarnasusi ja erinevusi.</li> <li>2. Selgitab käsitletud religioonide õpetuse ja eetika põhiseisukohti ning tunneb nende religioonide teket, usulisi rituaale ja kultuuriväljundeid.</li> </ol>			<ul style="list-style-type: none"> <li>- kultuuri roll inimeste igapäevaelus: multikultuursus, erinevad subkultuurid</li> </ul> <p><b>4. Usundid ja maailmavaade</b></p> <p><b>5. Religioonid</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- geograafiline levik</li> <li>- religioonide põhjooned</li> <li>- religioosne ja mittereligioosne maailmavaade</li> <li>- religioossed konfliktid</li> </ul>
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	Koostab referaadi loositud teemal kultuurist või usundist, esitleb suuliselt.			
<b>Mooduli hinde kujunemine</b>	Moodul hinnatakse mitteeristavalt. Moodul loetakse arvestatuks kui on koostatud ja esitletud referaat.			
<b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Schulz-Reiss, Christine. Mida maailm usub? Viis suurt religiooni. Tallinn : Koolibri, 2008.</li> <li>2. Breuilly, Elizabeth, O'Brien, Joanne, Palmer, Martin. Maailma usundid: ülevaade uskumustest, traditsioonidest ja pühadest. Avita, 1999.</li> <li>3. Bowker, J. Maailma usundid. Varrak, 2004.</li> <li>4. Kõivupuu, M. Meie pühad ja tähtpäevad. 2018.</li> <li>5. Wilkinson, P. Usundid. Varrak, 2009.</li> <li>6. Halme, L., Parviola, J., T. Sjöblom, T., Vaaramo, R. Usundid. Müüdid. Jumalad. Tavad. Sümbolid. Koolibri, 2010.</li> <li>7. Partridge, C. Maailma usundid. Eesti Entsüklopeediakirjastus. 2006.</li> <li>8. Hiiemäe, R. Usundid ja vaimsed õpetused Eestis. Varrak. 2019.</li> <li>9. Eesti Rahva Muuseumi koduleht <a href="http://www.erm.ee/">http://www.erm.ee/</a></li> <li>10. Rahvakultuuri Keskuse koduleht <a href="http://www.rahvakultuur.ee/">http://www.rahvakultuur.ee/</a></li> <li>11. Eesti Kirikute Nõukogu koduleht <a href="http://www.ekn.ee/">http://www.ekn.ee/</a></li> <li>12. <a href="http://stud.sisekaitse.ee/teppan/Suuremad%20usundid/religioon_kui_kultuur.html">http://stud.sisekaitse.ee/teppan/Suuremad%20usundid/religioon_kui_kultuur.html</a></li> <li>13. <a href="https://e-koolikott.ee/oppematerjal/3314-Maailma-tahtsamad-usundid">https://e-koolikott.ee/oppematerjal/3314-Maailma-tahtsamad-usundid</a></li> <li>14. <a href="https://cmsimple.e-ope.ee/toitlustuse_alused/index.html@13._Erinevate_rahvuste_toidukultuur%253AUsundid_ja_toitumiskultuur.html">https://cmsimple.e-ope.ee/toitlustuse_alused/index.html@13._Erinevate_rahvuste_toidukultuur%253AUsundid_ja_toitumiskultuur.html</a></li> <li>15. <a href="https://www.veebiraamatukogu.ee/et/category/15/Usk-Usundid/">https://www.veebiraamatukogu.ee/et/category/15/Usk-Usundid/</a></li> </ol>			

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Maht EKAP
------------	-----------------	-----------

<b>13</b>	<b>SUUTERVIS</b>	<b>3 EKAP</b>		
<b>Eesmärk:</b> õpetusega taotletakse, et õpilane mõistab suuhügieeni tähtsust ja tuleb toime abivajaja juhendamisega suutervise küsimustes				
<b>Nõuded mooduli alustamiseks:</b> on läbitud moodul “Abistamine elamistoimingutes ja hooldustegevuste läbiviimine”				
<b>Õpetajad:</b> Kristi Mähar, Hedy Lehtmets				
<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>	<b>Õppemeetodid</b>	<b>Hindamismeetodid ja – ülesanded</b>	<b>Teemad</b>
<p>1. Mõistab erinevaid hammaste pesemise meetodeid ning soovib vastavalt abivajaja hooldusvajadusele tooteid, arvestades abivajaja majanduslikke võimalusi.</p> <p>2. Juhendab abivajajat suuhügieeni teostamisel.</p>	<p>1. Kirjeldab erinevaid hammaste hoolduse meetodeid ja tehnikaid vastavalt individuaalsetele eripäradele.</p> <p>2. Loetleb erinevaid suuhoolduse tooteid vabalt valitud apteegi või kaupluse spetsiifikale.</p> <p>3. Valib abivajajale sobiva suuhoolduse toote vastavalt abivajaja eripäradele ja vajadustele.</p> <p>4. Kirjeldab abivajaja suu seisundit vaatlusemeetodi abil kasutades hindamisskaalat.</p> <p>5. Registreerib kirjalikult vaatluse tulemused.</p> <p>6. Juhendab abivajajat suuhügieeni järgmisel sh sobivate toodete kasutamisel vastavalt vaatlustulemustele.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Loeng</li> <li>- Praktikum</li> <li>- Iseseisev töö</li> <li>- Vaatlus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Suutervise vaatlusplaani koostamine</li> </ul>	<p><b>1. Hammaste areng</b></p> <p><b>2. Suutervis</b></p> <p><b>3. Suuhügieen</b></p> <p><b>4. Hooldusvahendid</b></p> <p><b>5. Proteesid</b></p> <p><b>6. Suuprobleemid - kogu organismi probleemid</b></p>
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	Tutvub erialase kirjandusega. Koostab ühele abivajajale suutervise vaatlusplaani.			
<b>Mooduli hinde kujunemine</b>	Moodulit hinnatakse mitmeeristavalt. Moodul loetakse arvestatuks kui hindamisülesanne on sooritatud positiivsele tulemusele.			

<b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nischwitz, D.(2019). Mis suus see südames. Tänapäev.</li> <li>2. Meurman, J.H.(2000). Suuinfektsioonid. Infektsioonhaigused. Tallinn: Medicina.</li> <li>3. Eskola, J., Huovinen, P., Valtonen, V. (2000). Infektsioonhaigused. Tallinn: Medicina.</li> <li>4. Hoolides ja hoolitsedes.(2015). Õpik-käsiraamat hooldustöötajale. Argo Kirjastus.</li> <li>5. Russak, S.(1996). Hambakaariese profülaktika. Tartu: Tartu Ülikooli kirjastus.</li> <li>6. Eesti Hambaarsti Liidu ajakiri „Hambaarst”. <a href="https://www.hambaarst.ee/">https://www.hambaarst.ee/</a></li> <li>7. Suukool. <a href="https://suukool.ee/et/">https://suukool.ee/et/</a></li> </ol>
----------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Maht EKAP</b>
<b>14</b>	<b>VAIMNE TERVIS JA HEAOLU</b>	<b>5 EKAP</b>

**Eesmärk:** õpetusega taotletakse, et õpilane mõistab vaimse tervise tähtsust ja tuleb toime selle muutumise toetamisega heaolu kontekstis

**Nõuded mooduli alustamiseks:** on läbitud moodul “Abistamine elamistoimingutes ja hooldustegevuste läbiviimine”

**Õpetajad:** Maarika Veigel, Maire Raidvere, Tatjana Vetštomova, Marelle Grünthal-Drell, Marianne Annion, Hedy Lehtmets, Albina Šider

<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>	<b>Õppemeetodid</b>	<b>Hindamismeetodid ja – ülesanded</b>	<b>Teemad</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mõistab vaimse tervise komponente, häireid ning nende seoseid heaoluga.</li> <li>2. Oskab kasutada vaimse tervise toetamiseks 5sammu.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kirjeldab vaimse tervise komponente ja põhilisi häireid.</li> <li>2. Teab vaimse tervise ja heaolu seoseid.</li> <li>1. Arutleb vaimse tervise ABC-st ja esmaabist.</li> <li>2. Võimestab abivajajat kasutades 5 sammu meetodikat.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tõhustatud loeng</li> <li>- Praktikum</li> <li>- Rollimäng</li> <li>- Seminar</li> <li>- Harjutamine</li> <li>- Iseseisev töö</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vaimse tervise tegevuskava</li> <li>- Mõistekaart-vaimne tervis ja heaolu</li> <li>- Seminar - vaimse tervise ABC ja esmaabi</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vaimne tervis-mõiste, komponendid, trendid</li> <li>2. Heaolu sõltuvus vaimsest tervisest</li> <li>3. Vaimse tervise stigma</li> <li>4. Vaimse tervise ABC</li> <li>5. Vaimse tervise toetamise 5 sammu meetodika</li> <li>6. Enamlevinud vaimse tervise häired (stress, ärevus, ärevushäired, depressioon, läbipõlemine, puhkamisvõimetuse sündroom)</li> <li>7. Sõltuvushäired</li> </ol>
<b>Iseseisev töö moodulis</b>	Tutvub erialase kirjandusega. Koostab enda vaimse tervise seisundit arvestades tegevuskava, seostades selle komponendid ka heaolu parendamisega.			

<b>Mooduli hinde kujunemine</b>	Moodulit hinnatakse mitmeeristavalt. Moodul loetakse arvestatuks kui kõik hindamisülesanded on positiivsele tulemusele sooritatud.
<b>Kasutatav õppekirjandus /õppematerjal</b>	2. Ülevaade 1. Vaimne tervis. <a href="https://peaasi.ee/teema/peaasi/vaimse-tervise-probleemidest">https://peaasi.ee/teema/peaasi/vaimse-tervise-probleemidest</a> . <a href="https://www.terviseinfo.ee/et/valdkonnad/vaimne-tervis/ulevaade-vaimse-tervise-probleemidest">https://www.terviseinfo.ee/et/valdkonnad/vaimne-tervis/ulevaade-vaimse-tervise-probleemidest</a> 2. Vaimne tervis. <a href="https://www.spreaker.com/tags/vaimnetervis">https://www.spreaker.com/tags/vaimnetervis</a> 3. Toitumine ja vaimne tervis, teadlik toitumine <a href="https://www.youtube.com/watch?v=STjpare0tyQ">https://www.youtube.com/watch?v=STjpare0tyQ</a> 4. Liikumine ja vaimne tervis <a href="https://www.youtube.com/watch?v=111AhNJyIcs">https://www.youtube.com/watch?v=111AhNJyIcs</a> 5. Ebameeldivad tunded <a href="https://www.spreaker.com/user/peaasi.ee/kristel-aaslaidi-muudu-02-11-valmis">https://www.spreaker.com/user/peaasi.ee/kristel-aaslaidi-muudu-02-11-valmis</a> 6. Vaimne tervis ja stigma <a href="https://www.youtube.com/watch?v=rCZy9XoI4uM">https://www.youtube.com/watch?v=rCZy9XoI4uM</a> 7. Vaimse tervise esmaabi <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Pp3daNn4170">https://www.youtube.com/watch?v=Pp3daNn4170</a> 8. Millal teraapiasse minna <a href="https://www.spreaker.com/user/13664985/10-anneli-kilic">https://www.spreaker.com/user/13664985/10-anneli-kilic</a> 9. Kuidas elu kontrolli alla saada <a href="https://www.spreaker.com/user/13664985/8-maria-2-sooloepisood_3">https://www.spreaker.com/user/13664985/8-maria-2-sooloepisood_3</a> 10. Vaimse tervise roheline raamat <a href="https://tooelu.ee/UserFiles/Uudised_2020/vaimse-tervise-roheline-raamat.pdf">https://tooelu.ee/UserFiles/Uudised_2020/vaimse-tervise-roheline-raamat.pdf</a> 11. Vaimse tervise strateegia 2016 – 2025. VATEK, 2016 12. R.Pesaud (2009). Vaimne tervis. Tänapäev. 13. Jackson, C. (2018). Vaimse tervise häired. 14. Rother, S. (2008). Vaimne psühholoogia. 15. Kürge, E. (2020) Tehnikad stressi vastu. Varrak 16. Selhub, E. (2020) Stressijuhtimise käsiraamat. Varrak 17. Heaolu arengukava 2016-2023. <a href="https://www.sm.ee/et/heaolu-arengukava-2016-2023">https://www.sm.ee/et/heaolu-arengukava-2016-2023</a> 18. Pam, M. (2021). Hinga ja ela!