

KINNITATUD  
 direktori käskkiri 05.05.2020 nr 1-1/302  
 kooli nõukogu kooskõlastus 05.05.2020  
 protokoll nr 1-2/65/2020

JÄRVAMAA KUTSEHARIDUSKESKUSE KOOLI ÕPPEKAVA						
Oppekavarühm		Sotsiaaltöö ja nõustamine				
Õppekava nimetus		(nimetus eesti keeles) <b>Hooldustöötaja</b> (nimetus inglise keeles) Care worker				
Õppekava kood EHISes		140959				
ESMAÕPPE ÕPPEKAVA x					JÄTKUÕPPE ÕPPEKAVA	
<b>EKR 2</b>	<b>EKR 3</b>	<b>EKR 4 kutsekeskharidus</b>	<b>EKR 4</b>	<b>EKR 5</b>	<b>EKR 4</b>	<b>EKR 5</b>
			x			
Õppekava maht (EKAP):		<b>120 EKAP</b>				
Õppekava koostamise alus:		Vabariigi Valitsuse 26.08.2013 määrus nr 130 „Kutseharidusstandard“, Kutsestandard „Hooldustöötaja, tase 4“ Sotsiaalhoolekande Kutsenõukogu otsus nr 15/18.12.2019				
Õppekava õpiväljundid:		<p>Õpetusega taotletakse, et õpilane omandab hooldustöötaja vajalikud teadmised, oskused ja hoiakud töötamiseks tervishoiuasutuses, hooldusasutuses ja avahooldussektoris ning luuakse eeldused õpingute jätkamiseks ja elukestvaks õppeks.</p> <p>Pärast õppekava läbimist õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) mõistab hooldustöötaja kutse- ja eriala põhjalikult ja rakendab kutseala põhimõtteid, teooriaid;</li> <li>2) tehnoloogiaid nii tavapärastes kui ka uudsetes töösituatsioonides; vastutab oma tööülesannete täitmise eest, õpib ja täiendab end iseseisvalt ja enastjuhtivalt ning järgib inimõigusi, kutse-eetikat ja võrdse kohtlemise põhimõtteid;</li> <li>3) hindab ja analüüsib oma teadmiste taset, lähtub abivajajast kui tervikust ja tema vajadustest, jõuvarudest, toimetulekuvõimest ning tõekspidamistest iseseisvuse toetamisel;</li> <li>4) hoolitseb abivajaja füüsiliste, psüühiliste ja sotsiaalsete vajaduste rahuldamise eest, juhendab ja toetab teda ning teeb ettepanekuid töötulemuste parendamiseks;</li> <li>5) abistab abivajajat funktsionaalsete häirete ja rehabilitatsiooni korral, aidates tervist taastada, saavutada ja säilitada ning toetab teda surma lähenedes;</li> <li>6) hindab kriitiliselt saadaoleva teabe usaldusväärsust, teeb koostööd ja suhtleb abivajaja, tema lähedaste, sugulaste ja teiste võrgustikutöötajatega;</li> <li>7) kasutab arvutirakendusi ja interneti võimalusi teabe loomiseks, esitamiseks ja mõistmiseks.</li> </ol>				
Õppekava rakendamine (sihtrühmadele ja kasutatavatele õppevormidele):		põhiharidusega või keskkaridusega õppija, statsionaarne koolipõhine/töökohapõhine/				

mittestatsionaarne õpe	
Nõuded õpingute alustamiseks põhiharidus	
<b>Nõuded õpingute lõpetamiseks:</b> Õpingud neljanda taseme kutseõppes loetakse lõpetatuks pärast õppekavas kirjeldatud kvalifikatsioonile või osakutsele vastavate õpiväljundite saavutamist. Õpiväljundite saavutatust hinnatakse kutseeksami, mida võib sooritada ka osade kaupa. Juhul, kui kutseeksami sooritamine ebaõnnestub, on õpilasel õigus sooritada õpingute lõpetamiseks samuti erialane lõpueksam. Haridusliku erivajadusega õpilase puhul hinnatakse õpiväljundite saavutatust erialase lõpueksamiga, mille võib asendada kutseeksami.	
<b>Õpingute läbimisel omandatav(ad)</b>	
... kvalifikatsioon(id):	Hooldustöötaja, tase 4 vastavad kompetentsid
... osakutse(d):	Puuduvad
<b>Õppekava struktuur</b>	
Põhiõpingute moodulid (nimetus, maht ja õpiväljundid):	
<b>1. Hoolduse alused (11 EKAP)</b>	
Õpiväljundid:	
1.1. Kirjeldab erinevatele sihtrühmadele suunatud teenuste ja toetuste süsteemi, teenustele esitatavaid nõudeid ja Eesti sotsiaalpoliitika põhimõtteid.	
1.2. Tunneb turvalise ja toetava keskkonna loomise võimalusi inimest kui tervikut arvestades.	
<b>2. Hooldustoimingud (20 EKAP)</b>	
Õpiväljundid:	
2.1. Juhendab ja toetab abivajajat elamistoimingutes.	
2.2. Kasutab hooldamisel ergonoomilisi töövõtteid ja abivahendeid ning juhendab abivajajat abivahendite kasutamisel.	
2.3. Hooldab abivajajat erinevate elundkondade haiguste korral.	
2.4. Annab esmaabi haigusseisundite, õnnetusjuhtumite ja traumade korral, kutsub abi ja elustab kliinilisest surmast.	
<b>3. Abivajaja arendamine, juhendamine ja aktiveerimine (16 EKAP)</b>	
Õpiväljundid:	
3.1. Kirjeldab inimese sotsiaalset, kognitiivset ja füüsilist arengut inimese toimetulekul muutustega elukaare erinevatel etappidel.	
3.2. Planeerib ja viib läbi abivajajale ealiselt sobivaid ja jõukohaseid aktiveerivaid tegevusi.	
3.3. Abistab abivajajat majapidamis-, puhastus- ja korrastustööde teostamisel asutuses ja abivajaja kodukeskkonnas.	
<b>5. Töö lastega peredega (4EKAP)</b>	
Õpiväljundid:	
5.1. Kirjeldab pere igapäeva- ja majanduslikku toimetulekut, selgitab pere-eelarve koostamist ning selle järgimist.	
5.2. Märkab lastega perede probleeme ühiskonnas ja kirjeldab nende lahendamise võimalusi.	

## **6. Töö eakatega (5EKAP)**

Õpiväljundid:

- 6.1. Kirjeldab vastavalt ülesandele vananemisega seotud toimetuleku probleeme ja abivajaduse kujunemist toetudes gerontoloogia ja geriaatria alustele.
- 6.2. Hindab vastavalt ülesandele eaka terviseprobleeme ja toimetulekut, abistab ja juhendab lahenduste leidmisel igapäevaseks toimetulekuks, toetudes gerontoloogia ja geriaatria alustele.
- 6.3. Selgitab abivajajale ja tema lähedastele arusaaval viisil toetuste ja teenuste korraldamise protsesse võrgustikus.

## **7. Töö erivajadustega inimestega (6EKAP)**

Õpiväljundid:

- 7.1. Abistab, juhendab ja toetab abivajajat lähtuvalt tema erivajadusest.
- 7.2. Toetab ja suunab erivajadusega inimest ja tema võrgustikku toimetulekuprobleemide lahendamisel.

## **8. Õpitee ja töö muutuv keskkonna 5 EKAP**

- 8.1. Kavandab oma õpitee, arvestades isiklikke, sotsiaalseid ja tööalaseid võimalusi ning piiranguid;
- 8.2. Mõistab ühiskonna toimimist, tööandja ja organisatsiooni väljakutseid, probleeme ning võimalusi;
- 8.3. Kavandab omapoolse panuse väärtuste loomisel enda ja teiste jaoks kultuurilises, sotsiaalses ja/või rahalises tähenduses;
- 8.4. Mõistab enda vastutust oma tööalase karjääri kujundamisel ning on motiveeritud ennast arendama.

## **9. Praktika (32 EKAP)**

Õpiväljundid:

- 9.1. Analüüsib oma valmidust tulevaseks tööeluks.
- 9.2. Rakendab turvalise ja toetava keskkonna kujundamise põhimõtteid.
- 9.3. Juhendab ja toetab abivajajat elamistoimingutes järgides kutse-eetikat.
- 9.4. Jälgib abivajaja seisundit ja hooldab abivajajat erinevate elundkondade haiguste korral ennast ja abivajajat säästvalt.
- 9.5. Kasutab hooldamisel ergonoomilisi töövõtteid ja abivahendeid ning juhendab abivajajat abivahendite kasutamisel.
- 9.6. Planeerib ja viib läbi abivajajale ealiselt sobivaid ja jõukohaseid aktiveerivaid tegevusi.
- 9.7. Juhendab abivajajat eluaseme korrastamisel ja majapidamistöodes, vajadusel teostab need tööd ise.
- 9.8. Juhendab ja toetab abivajajat teenuste taotlemisel ja vajadusel korraldab neid.
- 9.9. Suhtleb abivajajaga, kolleegidega ja võrgustikuga lugupidavalt.
- 9.10. Osaleb meeskonnatöös.

**Valikõpinguid** on koostatud mahus 25 EKAP, millest õpilane on kohustatud valima 21 EKAP. Lisaks eelnimetatud valikõpingutele on õpilasel võimalik valida teiste koolide või oma kooli valikõpingute vahel.

1. Tegevusteraapia alused ja abivahendid (5 EKAP)
2. Toitumisenõustamise alused (5 EKAP)
3. Tervishoiu ja hoolekandeesutuse puhastus (3 EKAP)
4. Tegevusjuhendamise alused (3 EKAP)

5. Hingehoid (2 EKAP)
6. Massaaži alused (2 EKAP)
7. Inglise keel (2 EKAP)
8. Vene keel (2 EKAP)
9. Suhtlemine ja asjaajamine (1 EKAP)

**Spetsialiseerumised** (moodulite nimetus ja maht):

Puuduvad

**Õppekava kontaktisik**

ees-ja perenimi: Laida Reitmann

ametikoht: juhtõpetaja

telefon: 5146884

e-post: laida.reitmann@jkhk.ee

Märkused:

Kooli kodulehel <https://jkhk.ee/et/rakenduskavad> õppekava moodulite rakenduskava  
Lisa 1 Kutsestandardi kompetentside ja õppekavamoodulite vastavustabel

Lisa 1 „Hooldustöötaja eriala kompetentside ja moodulite vastavustabel“

Kompetentsi nimetus	M1: Hoolduse alused	M2: Hooldustoimingud	M3: Abivajaja arendamine, juhendamine ja aktiveerimine	M4: Meeskonnatöö korraldamine ja juhendamine	M5: Töö lastega peredega	M6: Töö eakatega	M7: Töö erivajadustega inimestega	M8: Õpitee ja töö muutuv keskkonna	M9: Praktika
<b>Abistamine elamistoimingutes ja hooldustegevuste läbiviimine</b>	X	X	X			X	X	X	x
<p>Tegevusnäitajad:</p> <p>1) korraldab ja võimalusel kohandab vastavalt abivajaja seisundile ja vajadustele turvalise keskkonna, arvestades hooldusplaani; tutvustab kliendile abivahendeid ja nende saamise võimalusi, juhendab kasutamisel; M1; M2; M6; M9</p> <p>2) planeerib ja teeb vajalikud hooldustegevused lähtuvalt hooldusplaanist ja abivajaja seisundist; M2; M9</p> <p>3) teavitab abivajajat tervislikust toitumisest ja toiduhügieenist vastavalt toitumisõpetuse põhialustele, arvestades abivajaja toitumisvajadusi ja -isearusid; jälgib toidu kõlblikkust ja toiduhügieeni, arvestades tervisekaitsenõudeid; arvestab toidu hankimisel abivajaja vajadusi ja soove ning võimalusel hinna ja kvaliteedi suhet; M1; M9</p> <p>4) jälgib abivajaja toitumist tema seisundist lähtuvalt, juhendab ja abistab abivajajat söömisel ning vajadusel sööda teda; arvestab kultuuriliste ja religioossete erinevustega toitumistavades ja hoolduses; M1; M9</p> <p>5) hindab abivajaja riiete otstarbekust ja mugavust lähtuvalt abivajaja tervislikust seisundist, erivajadusest, ilmastiku-, toa- ja kehatemperatuurist; abistab ja juhendab abivajajat riietumisel ja vajadusel riietab, kasutades selleks sobivaid abivahendeid; M3; M9</p> <p>6) juhendab, abistab ja vajadusel teeb abivajaja hügieenitoiminguid, kasutades vastavaid hooldusabivahendeid ning vajadusel korraldab iluteenuseid (nt maniküür, pediküür, juuksur);M2; M9</p> <p>7) aktiveerib abivajaja füüsilisi, psüühilisi ja sotsiaalseid tegevusi;M3; M9</p> <p>8) toetab abivajajat tema seksuaalsuse väljendamisel (nt suhtlemine vastassugupoolega jt);M2; M9</p> <p>9) sooritab vastavalt juhiste erinevaid hooldustoiminguid (nt kehatemperatuuri, pulsi- ja hingamissageduse, vererõhu ja veresuhkru mõõtmine; lamatiste- ja nahahooldust, sidumisi jms), arvestades tervisenäitajaid ja kasutades vastavaid vahendeid; dokumenteerib hooldustoiminguid;M2; M9</p> <p>10) hangib vajadusel ravimid vastavalt arsti korraldusele, ravimiõpetuste alustele ja abivajaja seisundile; juhendab, jälgib ja abistab abivajajat ravimite manustamisel, vajadusel manustab neid vastavalt etteantud juhiste; M2; M9</p> <p>11) abistab õde õendustoimingute sooritamisel, vastavalt juhendamisele; M2; M9</p> <p>12) korraldab vajadusel abivajaja toimetulekut toetavaid rehabilitatsiooni-, sotsiaal- ja tervishoiuteenuseid koostöös võrgustikuga, lähtudes õigusaktides sätestatud teenuste loetelust; M1; M7; M8; M9</p> <p>13) vajadusel toetab ja juhendab lähedasi surija hooldusel või hooldab surijat, osaleb surnu korrastamisel, järgides kutse-eetikat ja kultuuritraditsioone.M2; M6; M9</p>									
<b>Majapidamistöõde korraldamine</b>		X	X						x
<p>Tegevusnäitajad:</p> <p>1) planeerib ja teeb majapidamis-, puhastus- ja korrastustöid, arvestades kaasaegseid koristuspõhimõtteid ja kodusõbralikku kasutamise nõudeid vastavalt tootja juhiste toote etiketil; motiveerib abivajajat nendes tegevustes osalema, arvestades abivajaja vajadusi ja võimalusi; kasutab isikukaitsevahendeid; M3; M2; M9</p> <p>2) korraldab abivajaja majapidamises vajalikke töid, pisiparandusi ja olmetehnika remonti.M3; M9</p>									
<b>Töö lastega</b>	X		X		X			X	X



<b>4 kutset läbiv kompetents</b>									
----------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Tegevusnäitajad:

- 1) kasutab oma töös eesti keelt tasemel B1, vene keelt osaoskuste mõistmine ja rääkimine osas tasemel A2 (vt lisa 1 „Keelte oskustasemete kirjeldused“); M1; M2; M3; M4; M5; M6; M7; M8; M9
- 2) kasutab elektroonilisi seadmeid ja võrke ning loob ja haldab faile, arvestades andmekaitse ja andmete varundamise põhimõtteid; kasutab interneti infootsingumootoreid ja elektroonise kommunikatsiooni seadeid: e-kirjade saatmist ja vastuvõtmist, e-kirjade organiseerimist ja otsingut, arvestades turvalise interneti kasutamise põhimõtteid (vt lisa 2 „Arvuti kasutamise oskused“); M1; M2; M3; M4; M5; M6; M7; M8; M9
- 3) rakendab võrdsuse ja mitmekülsuse põhimõtteid; austab abivajajaid, nende elukogemust, valikuid ja eelistusi; järgib väärtusi, millel põhineb kvaliteetne hooldus: väärikus, austus, privaatsus ja konfidentsiaalsus; töötab vastavalt eetilistele põhimõtetele; M1; M2; M3; M4; M5; M6; M7; M8; M9
- 4) vastutab oma tegude, tööalastest kokkulepetest kinnipidamise ja oma järjepideva arengu eest; märkab olukordi, kus ei piisa tema teadmistest, oskustest ja pädevusest ning vajadusel kutsub abi; M1; M2; M3; M4; M5; M6; M7; M8; M9
- 5) järgib valdkonnaga seotud õigusakte; M1; M2; M3; M4; M5; M6; M7; M8; M9
- 6) järgib töötervishoiu ja tööohutuse reegleid ning ohutustehnika nõudeid; M1; M2; M3; M4; M5; M6; M7; M8; M9
- 7) kasutab hooldustoimingute sooritamisel ergonoomilisi võtteid; M2; M3; M5; M6; M7; M9
- 8) püstitab selged eesmärgid; valib vahendid ja ressursid ülesannete täitmiseks; kasutab aega tõhusalt; peab kinni tähtaegadest ja ajakavast; M2; M3; M4; M5; M6; M7; M8; M9
- 9) kasutab enda ja teiste ressursse asjakohaselt ja säästlikult, tegutseb tema käsutuses olevatele vahenditele ja keskkonnale vastavalt M2; M3; M4; M5; M6; M7; M9