

Kodunduse ainekava

Gümnaasium

Õppe- ja kasvatusesmärgid

Kodunduse õpetamisega taotletakse, et õpilane:

- teeb tervislikke toiduvalikuid, koostab tasakaalustatud ja mitmekülgse menüü ning valmistab erinevaid toite;
- õpib tundma erinevaid toiduaineid, nende toiteväärtust, maitseomadusi ja kasutamise võimalusi;
- oskab leida ja valida huvitavaid tervislike retsepte erinevatest allikatest;
- tutvub erinevate toiduvalmistamise viisidega, arvestades seejuures hügieeni ning ohutusnõudeid;
- tutvub teiste rahvaste toitumistavadega;
- tuleb toime koduse majapidamise ja pere eelarvega ning käitub teadliku tarbijana;
- oskab kasutada kodutehnikat, valida korrastustöödeks sobivaid töö- ja hooldusvahendeid;
- omandab üldtunnustatud etiketinormid;
- mõistab töö- ja koostööoskuste olulisust igapäeva- ja tulevases tööelus.

Õppetegevus

Õpperühma optimaalne suurus oleks 12-13 õpilast, kuna peaaegu poole kursuste mahust moodustab praktiline toiduvavalmistamine, milleks vajalikud toiduained muretsevad õpilased ise.

Kodunduse valikaine math on 4 kursust kahel kahel õppeaastal (kummalgil õ/a-1 2) 2 tundi nädalas. Võib valida ka 2 kursust ühel õppeaastal. Õpe toimub vahelduvate teooria- ja praktiliste tundidena.

Õppeaine sisu

I kursus:

Tervisliku toitumise põhimõtted. Toitained, nende vajadus ja allikad. Toiduainete grupid, nende osakaal toidus. Menüü koostamine, toitainete tasakaalustamine toidus. Köögiviljad kui väärtuslik toiduaine. Köögiviljatoidud.

Toiduainete töötlemine. Toiduainete töötlemise viisid. Kuumtöötlemise viisid. Toiduainetega kuumtöötlemisel toimuvad muutused.

Maitseained. Maitseainete liigitus. Toitude maitsestamine.

Kodusel majapidamises kasutatavad masinad ja seadmed, nende kasutamine ja korrashoid.

Etikett. Laua katmine, käitumine söögilauas.

Praktiline toiduvalmistamine

II kursus:

Erinevad küpsetised. Taignate liigid. Erinevate küpsetiste valmistamine.

Selvelauad. Selvelaudade liigid. Selvelaudade menüü, laua katmine. Käitumine selvelauas.

Korrastustööd. Koduses majapidamises kasutatavad koristusvahendid, nende kasutamine ja korrashoid. Puhastusained. Rõivaste korrashoid.

Praktiline toiduvalmistamine

Kodusel majapidamises kasutatavad koristusvahendid, nende kasutamine ja korrashoid

Puhastusained

Rõivaste korrashoid

Praktiline toiduvalmistamine

III kursus:

Rahvusköögid.

Eesti köök. Kohaliku köögi eripära, ajalooline kujunemine. Eesti köök tänapäeval

Soome rahvusköök. Üldine iseloomustus

Itaalia köök: iseloomulikud toiduained, road, maitseained; pasta kui Itaalia köögile iseloomulik toiduaine

Prantsuse köök. Üldine iseloomustus

Praktiline toiduvalmistamine

IV kursus:

Rahvusköögid.

Vene köök. Üldine iseloomustus

Mehhiko köök. Üldine iseloomustus

Aasia köögid: Hiina, India jt. Üldine iseloomustus

Praktiline toiduvalmistamine

Hindamine

Hindamisel on aluseks Elva Gümnaasiumi hindamisjuhend.

Hinnatakse osalemist rühmatöös praktilise toiduvalmistamise tundides.

Kui õpilane puudub praktilise toiduvalmistamise tunnist, saab ta kirjaliku ülesande, mille täitmist hinnatakse.

Erinevate teemade kohta koostatud referaatide juures hinnatakse nii töö sisu kui ka vormistust.

Kursuse jooksul saadud hinnete põhjal pannakse kursusehinne, läbitud kursuste (vähemalt 2) hinnete põhjal – kooliastmehinne.