

Järvamaa Kutsehariduskeskuse õppekava
Direktori käskkiri nr 1-2/25/26 kinnitatud 22.04.2025

Õppekavarühm		Sotsiaaltöö ja nõustamine				
Õppekava nimetus		Hooldustöötaja				
		Care worker				
Õppekava kood EHISes		259276				
ESMAÕPPE ÕPPEKAVA					JÄTKUÕPPE ÕPPEKAVA	
EKR 2	EKR 3	EKR 4 kutsekeskhari dus	EKR 4	EKR 5	EKR 4	EKR 5
			X			
Õppekava maht (EKAP):		90				
Õppekava koostamise alus:		Vabariigi Valitsuse 26.08.2013 määrus nr 130 „Kutseharidusstandard“, Kutsestandard „Hooldustöötaja, tase 4“ Sotsiaalhoolekande Kutsenõukogu otsus nr 30 / 09.10.2024				
Õppekava õpiväljundid:		1) mõistab hooldustöötaja kutse- ja eriala põhjalikult ja rakendab kutseala põhimõtteid, teooriaid, tehnoloogiaid nii tavapärastes kui ka uudsetes töösituatsioonides; 2) vastutab oma tööülesannete täitmise eest, õpib ja täiendab end iseseisvalt ja ennastjuhtivalt ning järgib valdkonnaga seotud õigusakte, inimõigusi, kutse-eetikat ja võrdse kohtlemise põhimõtteid; 3) hindab ja analüüsib oma teadmiste taset, lähtub abivajajast kui tervikust ja tema vajadustest, jõuvarudest, toimetulekuvõimest ning tõekspidamistest iseseisvuse toetamisel; 4) hoolitseb abivajaja füüsiliste, psüühiliste ja sotsiaalsete vajaduste rahuldamise eest, juhendab ja toetab teda ning teeb ettepanekuid töötulemuste parendamiseks; 5) abistab abivajajat funktsionaalsete häirete ja rehabilitatsiooni korral, aidates tervist taastada, saavutada ja säilitada, annab vajadusel esmaabi; 6) omab oskusi ja hoiakuid suhtlemiseks, juhendamiseks ja meeskonnatöö korraldamiseks; 7) hindab kriitiliselt saadaoleva teabe usaldusväärsust, teeb koostööd ja suhtleb abivajaja, tema lähedaste, sugulaste ja teiste võrgustikutöötajatega; 8) kasutab digivahendeid teabe otsimiseks, loomiseks, esitamiseks ja mõistmiseks.				
Õppekava rakendamine:		Õppevorm mittestatsionaarne õpe, statsionaarne - koolipõhine õpe, statsionaarne - töökohapõhine õpe				
Nõuded õpingute alustamiseks Põhiharidus						
Nõuded õpingute lõpetamiseks Õpingud neljanda taseme kutseõppes loetakse lõpetatuks pärast õppekavas kirjeldatud kvalifikatsioonile või osakutsele vastavate õpiväljundite saavutamist. Õpiväljundite saavutatust hinnatakse kutseeksamiga, 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 kutseeksamiga.						
Lõpetamisel väljastatavad dokumendid Lõputunnistus neljanda taseme kutseõppe läbimise kohta						
Õpingute läbimisel omandatav(ad)						
kvalifikatsioon(id):		Hooldustöötaja, tase 4				
osakutse(d):		puuduvad				

Õppekava struktuur		
Põhiõpingute moodulid (76 EKAP)		
Abistamine elamistoimingutes ja hooldustegevuste läbiviimine	24 EKAP	• Toetab ja/ või abistab abivajajat elamistoimingutes, arvestades tema tervislikku seisundit, toimetulekut, hooldusplaani rakendades ergonoomilisi võtteid ja vahendeid • Teeb hooldustegevusi, järgides individuaalset hooldusplaani, kutse-eetikat ja hügieeninõudeid ning rakendades ergonoomilisi töövõtteid • Teavitab abivajajat tervislikust toitumisest arvestades tema seisundit, eelistusi ja võimalusi, toiduhügieeni nõudeid • Annab esmaabi haigushoogude, õnnetusjuhtumite ja traumade korral, kutsub abi ja elustab kliinilisest surmast • Hooldab surijat, toetades lähedasi surija hooldusel järgides kutse-eetikat ja kultuuritraditsioone • Korraldab abivajaja toimetulekut toetavaid rehabilitatsiooni-, sotsiaal- ja tervishoiuteenuseid koostöös võrgustikuga, lähtudes õigusaktides sätestatud teenuste loetelust
Suhtlemine, juhendamine ja meeskonnatöö korraldamine	6 EKAP	• Suhtleb abivajaja ja tema võrgustikuga lähtuvalt abivajaja profiilist, kultuuritaustast ja maailmavatest • Ennetab ja lahendab probleeme lähtuvalt abivajajast ja tema võrgustikust, kasutades selleks sobivaid suhtlemisviise ja -tehnikaid • Planeerib ja korraldab meeskonnatööd arvestades meeskonna eripära ning abivajaja vajadusi
Töö täisealiste erivajadusega inimestega	6 EKAP	• Motiveerib ja toetab erivajadusega inimest eesmärkide saavutamiseks vajalike otsuste vastuvõtmisel arvestades abivajaja vanust, puuet, toimetulekut, keskkonda ja/või rehabilitatsiooniplaani • Juhendab meeskonnaliikmeid töös erivajadusega inimestega
Majapidamistööde korraldamine	2 EKAP	• Planeerib ja teeb majapidamis-, puhastus- ja korrastustöid, arvestades kaasaegseid keskkonnasäästlikke koristus põhimõtteid ning isikukaitsevahendite nõuetekohast kasutamist • Korraldab abivajaja majapidamises vajalikke töid, pisiparandusi ja olmetehnika remonti, arvestades abivajaja vajadusi ja võimalusi
Töö eakatega	4 EKAP	• Abistab ja juhendab eakat igapäevaelus toimetulekul, toetades inimese iseseisvust ning enesekontrolli • Abistab eakat suhtlemisel lähedastega kasutades suhtlemiseks vajalikke ja sobivaid kommunikatsioonivahendeid
Töö lastega peredega	3 EKAP	• Juhendab lastega peret probleemide lahendamisel toimetuleku raskustest lähtuvalt • Toetab pere majanduslikku toimetulekut juhendades peret eelarve koostamisel ja järgimisel
Praktika	22 EKAP	• Analüüsib oma valmidust tulevaseks tööeluks praktika ülesannetest lähtuvalt • Toetab ja/ või abistab abivajajat elamistoimingutes, arvestades tema tervislikku seisundit, toimetulekut, hooldusplaani rakendades ergonoomilisi võtteid ja vahendeid • Teeb hooldustegevusi, järgides individuaalset hooldusplaani, kutse-eetikat ja hügieeninõudeid ning kasutades ergonoomilisi töövõtteid ja vahendeid

		• Suhtleb abivajaja ja tema võrgustikuga lähtuvalt abivajaja profiilist, kultuuritaustast ja maailmavaatest • Planeerib ja korraldab juhendamisel meeskonnatööd arvestades organisatsiooni eripära, abivajajate vajadusi • Planeerib ja teeb majapidamis-, puhastus- ja korrastustöid, arvestades kaasaegseid keskkonnasäästlikke koristuspõhimõtteid ning isikukaitsevahendite nõuetekohast kasutamist
Digiajastu tehnoloogiate kasutamine õppimises ja erialases arengus	4 EKAP	• Kasutab digikeskkonnast vajaliku teabe leidmiseks sobivaid infootsingu ja andmehalduse võtteid, hinnates digisisu asjakohasust • Kasutab info jagamiseks, suhtlemiseks ja koostööks sobivaid digilahendusi, arvestades digikeskkonnas kehtivaid suhtlus- ja käitumisnorme ning küberturvalisuse nõudeid • Loob ja täiustab digisisu, kasutades sobivaid tööriistu ja tehisintellekti lahendusi • Kaitseb oma digiseadet, isikuandmeid, privaatsust ja tervist, rakendades küberturvalisuse ja jätkusuutliku arengu põhimõtteid
Õpitee ja töö muutuv keskkonnas	5 EKAP	• Kavandab oma õpitee, arvestades isiklikke, sotsiaalseid ja tööalaseid võimalusi ning piiranguid • Mõistab ühiskonna toimimist, tööandja ja organisatsiooni väljakutseid, probleeme ning võimalusi • Kavandab omapoolse panuse väärtuste loomisel enda ja teiste jaoks kultuurilises, sotsiaalses ja/või rahalises tähenduses • Mõistab enda vastutust oma tööalase karjääri kujundamisel ning on motiveeritud ennast arendama
Valikõpingute moodulid (23 EKAP)		
Tegevusteraapia alused ja abivahendid	3 EKAP	• mõistab füsioteraapia olemust ja kasutab teadmisi ja oskusi töös abivajajaga • tunneb ja valib liikumisravi harjutusi eakatele parandamiseks nende elukvaliteeti • on võimeline kasutama algteadmisi klassikalisest massaažist ja ühitama neid hooldustoimingutega
Toitumisnõustamise alused	5 EKAP	• Koostab kliendile sobiliku tasakaalustatud menüü, arvestades tema vanust ja erivajadusi • mõistab toiduhügieeni põhimõtteid toidukäitlemise erinevates etappides
Tervishoiu ja hoolekandeasutuste puhastus	3 EKAP	• määratleb koristusvajaduse lähtudes mustuse liigist ja astmest ning koostab koristusplaani erineva otstarbega ruumidele • valib, doseerib ja kasutab koristusaineid ning analüüsib kulusid • valib ja kasutab koristustarvikuid ja –masinaid, analüüsib hoolduskuludeks vajalikku materjalikogust • viib läbi hoolduskoristust ja suurpuhastust
Tegevusjuhindamise alused	3 EKAP	• hindab psüühilise erivajadusega inimese tegevusvõimet, koostab igapäevatoimingute tegevusplaani • motiveerib, toetab ja juhendab psüühilise erivajadusega inimese psüühilist, vaimset ja füüsilist igapäevaeluga toimetulekut kasutades erinevaid klienditöö meetodeid ja ergonoomilisi töövõtteid • planeerib ja viib läbi psüühilise erivajadusega inimesele sobivaid teraapilisi tegevusi, toetab tema

		eneseväljendusvõimet ja sotsiaalseid suhteid ning kasutab erinevaid kommunikatsiooni vahendeid
Hingehoid	2 EKAP	• mõistab kristlikke ja ilmalikke lähtekohti hoolekandetöös ja rakendab vajadusel hingehoiu põhimõtteid erialatöös • tunneb Eestis esinevaid kristlikke ja mittekristlikke konfessioone ja eristab nende iseärsusi
Inglise keel	2 EKAP	• Tunneb erialast terminoloogiat hooldustöö töövahendite ja toodete/teenuste osas • Suhtleb inglise keeles töösituatsioonis kasutades kliendi hooldamisel vajalikku sõnavara
Vene keel	2 EKAP	• Tunneb erialast terminoloogiat hooldustöö töövahendite ja toodete/teenuste osas • Suhtleb vene keeles töösituatsioonis kasutades kliendi hooldamisel vajalikku sõnavara
Eesti keel võõrkeelena	2 EKAP	• Mõistab eestikeelset lihtsat kõnet ja teksti, mis seostub igapäevase töövaldkonnaga • Selekteerib tööalastest tekstidest iseseisvalt vajalikku informatsiooni • Saab hakkama igapäevastes suhtlusolukordades
Jalgade hooldus	1 EKAP	• Toetab psüühilise erivajadusega inimese jalgade hoolduse vajadust kasutades erinevaid klienditöö meetodeid ja ergonoomilisi töövõtteid • Viib läbi psüühilise erivajadusega inimesele sobivaid jalgade hooldustegevusi
Valikõpingute valimine: Õpilane valib 14 EKAP-i ulatuses valikaineid. Lisaks esitatud valikutele võib õpilane valida valikmooduleid kooli teistest õppekavadest või teiste õppeasutuste õppekavadest kooli õppekorralduseeskirjas sätestatud korras. Valikõpingud toetavad valitud erialal töötamist.		
Spetsialiseerumised puuduvad		
Õppekava kontaktisik	Laida Reitmann	
Märkused: Moodulite rakenduskava on kättesaadav: Rakenduskavad Järvamaa Kutsehariduskeskus		