

## KODUNDUS

### III kooliaste

Õpitulemused III kooliastme lõpuks	Rõhuasetused õppesisu käsitlemisel klassiti
<b>1. Toit ja toitumine</b> Õpilane: <ul style="list-style-type: none"><li>teab mitmekülgse toiduvaliku tähtsust oma tervisele ning põhiliste makro- ja mikrotoitainete vajalikkust ja allikaid;</li><li>analüüsib toiduainete toiteväärtust, hindab nende kvaliteeti, tunneb toidu erinevaid säilitus- viise ning riknemisega seotud riskitegureid;</li><li>analüüsib menüü tervislikkust ning koostab tasakaalustatud ja mitmekülgse menüü;</li><li>teab toidu valmistamisel toimuvaid muutusi ning oskab neid teadmisi rakendada;</li><li>võrdleb erinevate maade rahvustoite ja teab toitumistavasid mõjutavaid tegureid.</li></ul>	7. klass Makro- ja mikrotoitained, nende vajalikkus ning allikad. Lisaained toiduainetes. Toiduainete toitainelise koostise hinnang. Mitmekülgse ja tasakaalustatud päevamenüü koostamine lähtuvalt toitumissoovitustest. Internetipõhised tervisliku toitumise keskkonnad.
	8. klass Toitumisteave meedias -analüüs ja hinnangud. Toiduallergia ja toidutalumatus. Taimetoitluse ja dieetide mõju organismile. Toitumishäired. Eestlaste toit läbi aegade. Eri rahvaste toitumistavad ja toiduvalikut mõjutavad tegurid (asukoht, usk jm).
	9. klass Toiduainete muutused kuumtöötlemisel, toitainete kadu. Mikroorganismid toidus. Toiduainete riknemise põhjused. Hügieeninõuded toiduainete säilitamise korral. Toidu kaudu levivad haigused. Toiduainete säilitamine ja konservimine.
<b>2. Töö organiseerimine</b> Õpilane: <ul style="list-style-type: none"><li>arvestab rühmaülesandeid täites kaasõpilaste arvamusi ja hinnanguid;</li><li>kasutab menüüd koostades ainekirjandust ja teabeallikaid;</li><li>kalkuleerib toidu maksumust;</li><li>hindab enda huve ja sobivust toiduga seotud elukutseteks või hobideks.</li></ul>	7. klass Toiduga seonduvad ametid.
	8. klass Toiduga seonduvad ametid.
	9. klass Meeskonna juhtimine. Suurema projekti korraldamine alates menüü koostamisest, kalkulatsioonist ja praktilise töö organiseerimisest kuni tulemuse analüüsimiseni.
<b>3. Toidu valmistamine</b> Õpilane: <ul style="list-style-type: none"><li>teab toiduainete kuumtöötlemise viise;</li><li>tunneb peamisi maitseaineid ja roogade maitsestamise võimalusi;</li><li>valmistab retsepti kasutades erinevaid kuumi ja külmi roogi;</li><li>küpsetab tainatooteid ja võrdleb erinevaid kergitusaineid.</li></ul>	7. klass Nüüdisaegsed köögiseadmed, nende kasutamine ja hooldus. Kuumtöötlemise viisid. Maitseained ja roogade maitsestamine. Supid. Liha jaotustükid ja lihatoidud.
	8. klass Kalaroad. Soojad kastmed. Kergitusained ja tainatooted. Vormiroad ja vokitoidud.
	9. klass Kuumtöödeldud järelroad. Rahvustoidud.
<b>4. Etikett</b> Õpilane: <ul style="list-style-type: none"><li>koostab lähtuvalt ürituse sisust menüü ning kujundab ja katab laua;</li><li>kujundab kutse ja leiab</li></ul>	7. klass Koosviibimiste korraldamine. Kutsed ja kingitused. Ideede ja võimaluste leidmine erinevate peolaudade kujundamiseks.
	8. klass Peolaua menüü koostamine.

<p>loomingulisi võimalusi kingituse pakkimiseks;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>rõivastub ja käitub ürituse iseloomu kohaselt;</li> <li>mõistab lauakommete tähtsust meeldiva suhtluskeskkonna loomisel.</li> </ul>	<p>9. klass Rõivastus ja käitumine vastuvõttudel, kodusel peolauas, kohvikus ning restoranis.</p>
<p><b>5. Kodu korrashoid</b> Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>arutleb ja leiab seoseid kodu sisekujunduse ning seal elavate inimeste vahel;</li> <li>tunneb erinevaid kodumasinaid, oskab võrrelda nende erinevaid parameetreid ja käsitseda neid kasutusjuhendi järgi;</li> <li>tunneb põhilisi korrastustöid ja -tehnikaid ning oskab materjali omaduste ja määrdumise järgi leida sobiva puhastusvahendi ning -viisi;</li> <li>teab puhastusainete pH-taseme ja otstarbe seoseid.</li> </ul>	<p>7. klass Erinevad stiilid sisekujunduses. Toataimede hooldamine.</p> <p>8. klass Kodumasinad.</p> <p>9. klass Olmekeemia. Puhastusvahendid, nende omadused ja ohutus. Suurpuhastus.</p>
<p><b>6. Tarbijakasvatus</b> Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>tunneb tarbija õigusi ning kohustusi;</li> <li>analüüsib reklaamide mõju ostmisele;</li> <li>oskab koostada leibkonna eelarvet;</li> <li>planeerib majanduskulusid eelarve järgi.</li> </ul>	<p>7. klass Tarbija õigused ja kohustused. Märgistused toodetel.</p> <p>8. klass Ostuotsustuste mõjutamine, reklaami mõju. Teadlik ja säästlik majandamine.</p> <p>9. klass Leibkonna eelarve, tulude ja kulude tasakaal. Laenud. Kokkuhoiuvõimalused ja kulude analüüs. Kulude planeerimine erijuhtudeks (peod, tähtpäevad jm).</p>