

**Hooldustöötaja koolitus**

## Õppekava

**1. Õppekava rühm ja õppekava koostamise alused**

Õppekava rühm: 0921 Eakate ja puudega täiskasvanute hooldamine.

Koostamise alus: Hooldustöötaja, tase 4 kutsestandard.

**2. Eesmärk ja õpiväljundid**

Eesmärk: koolitusel osaleja omandab teadmisi, mis on vastavuses hooldustöötaja, tase 4 kutsestandardi kompetentsidele ja kompetentsipõhiste tegevusnäitajatele.

Koolituse lõpetaja määratleb ja arendab ennast hooldustöötajana ning oskab kasutada oma teadmisi ja oskusi erialases töös abivajajatega, et neid toetada nende võimalikult kõrge elukvaliteedi saavutamisel.

Õpiväljundid: koolituse läbinud õppija:

- 1) Mõistab hooldustöötaja teenuse olemust, järgib hoolekande eetika põhimõtteid ja seadusandlust;
- 2) Oskab abistada ja juhendada abivajajat elamistoimingutes ja teostada hooldustegevusi.
- 3) Teab ja järgib hügieenireegleid, toetab abivahendite ja ravimite kasutamisel.
- 4) Oskab abivajajale luua ja kohaldada turvalist keskkonda. Teab, kuidas ennast ja klienti kaitsta.
- 5) Oskab teostada majapidamis- ja korrastustöid, abivajajat kaasates ja keskkonda säästvaid töövõtteid ja –meetodeid kasutades.
- 6) Teab, millised on laste ja perede, eakate ning erivajadustega inimeste põhiprobleemid ja nende lahendamise võimalused.
- 7) Tuleb toime kliendi tervisedendusega, oskab vajadusel anda esmaabi;
- 8) Teeb meeskonnatöid ja kasutab erinevaid suhtlemisvorme ja –tasandeid;
- 9) Analüüsib oma kutseoskusi ja arenguvajadusi ja toetab sotsiaalse võrgustiku aktiveerimist.

**3. Sihtgrupp ja õpingute alustamise tingimused**

Sihtgrupp on sotsiaal- ja tervishoiuvaldkonnas hooldustöötajana töötavad või tööd alustavad inimesed.

**4. Õppe maht, õppe ülesehitus, õppekeskkond, õppevahendid**

Õppe maht ja ülesehitus: koolituse kogumaht (akadeemilistes tundides) on 210 tundi, millest 110 tundi on auditoorset tööd, 20 tundi iseseisvat tööd ja 80 tundi on juhendatud praktikat. Koolituse kogumaht sisaldab 16 tunnist esmaabiandja väljaõpet.

Õppekeskkond ja –vahendid: füüsiline õppetöö viiakse läbi täiskasvanute õppimist toetavates koolitusruumides, milles on liikumisvõimalus ja mis on seotud õppe ülesehitusega. Veebipõhine õpe toimub e-õppekeskkonnas, mis on turvaline ja kasutatav vaid koolitajatele ja õppijatele.

**5. Õppeprotsessi kirjeldus, sh õppe sisu, õppe-meetodid ja -materjalid**

Õppemeetodid: koolitus sisaldab erinevaid täiskasvanuõppe meetodeid, mis kaasavad õppijaid: loengud, arutelud, individuaalsed harjutused, paaris- ja grupitööd, situatsioonide lahendamine.

Õppematerjalid: koolitajate koostatud õppematerjalid on paber kandjal õpimapis, mälupulgal ja e-õppekeskkonnas.

Allikad lugemiseks: koolitajate poolt soovitatud teemakohane lisalugemine.

Õppe ülesehitus ja maht:	Õppe sisu:
<p>Maht 40 tundi</p> <p>Auditoorne töö 40 tundi.</p> <p>Iseseisev töö 1) 6 tundi: Hooldusplaani ja kukkumise lehe koostamine.</p>	<p><b>1. Abistamine elamistoimingutes ja hooldustegevuste läbiviimine.</b></p> <p>1.1 Hooldustegevuste planeerimine ja läbiviimine. 1.2 Toitumise alused ja tervisliku toitumise põhimõtted, abivajaja toitumisvajadused ja –iseärasused, toiduhügieen. 1.3 Abivajaja juhendamine, abistamine söömisel ja riietumisel. 1.4 Toiduhügieen. 1.5 Hügieeni- ja ilutoimingud. 1.6 Abivajaja seksuaalkäitumise juhendamine ja toetamine. 1.7 Hooldustoimingud haiguste ja surma korral, lähedaste toetamine. 1.8 Abivahendi kasutamine ja selle hankimine. 1.9 Ravimiõpetuse alused. 1.10 Õendustoimingud ja õe abistamine. 1.11 Abivajaja turvaline keskkond. 1.12 Abivajaja sotsiaalne võrgustik. Suhtlemisviisid ja -vormid. 1.13 Suhtlemine dementsussündroomiga inimestega.</p>
<p>Maht 8 tundi</p> <p>Auditoorne töö 8.</p>	<p><b>2. Majapidamistöõde korraldamine.</b></p> <p>2.1 Majapidamis- ja korrastustööd, abivajaja kaasamine. 2.2 Abivajaja majapidamises pisiparanduste korraldamine. 2.3 Isikukaitsevahendite kasutamine.</p>
<p>Maht 4 tundi</p> <p>Auditoorne töö 4.</p>	<p><b>3. Töö lastega</b></p> <p>3.1 Laste ja perede probleemid ja nende lahendamine, spetsialisti kaasamine. 3.2 Lastega pere toimetulek ja väärtushinnangud. 3.3 Laste ja perede võrgustik ja selle aktiveerimine.</p>
<p>Maht 4 tundi</p> <p>Auditoorne töö 4.</p>	<p><b>4. Töö eakatega</b></p> <p>4.1 Eaka vananemisega seotud muutuste mõjud tema toimetulekul. 4.2 Eaka igapäevaeluga toimetulek ja terviseprobleemid.</p>
<p>Maht 4 tundi</p> <p>Auditoorne töö 4.</p>	<p><b>5. Töö erivajadusega inimestega</b></p> <p>5.1 Erivajadusega seotud probleemidele ja erialaspetsialistidega koostöö, rehabilitatsiooniplaani jälgimine. 5.2 Erivajadusega inimese motiveerimine ja jõustamine. 5.3 Abivahendi hankimine ja kasutamine.</p>
<p>Maht 4 tundi</p> <p>Auditoorne töö 4.</p>	<p><b>6. Suhtlemine</b></p> <p>6.1 Abivajaja suhtlemine sotsiaalset võrgustiku ja eri sihtrühmadega. 6.2 Konfliktide ennetamine ja lahendamine.</p>
<p>Maht 4 tundi</p> <p>Auditoorne töö 4.</p>	<p><b>7. Meeskonnatöö</b></p> <p>7.1 Kolleegide toetamine ja jõustamine probleemide lahendamisel. Meeskonnatöö põhimõtted.</p>

	7.2 Ennast kehtestav käitumine suhtlemisel.
Maht 16 tundi Auditoorne töö 16 tundi.	<b>8. Esmaabi andmine.</b> 3.1 Abivajaja tervisliku seisund, tema erivajadused. 3.2 Esmaabi andmine. Kliiniline surm, elustamine. 3.4 Abi kutsumine.
Maht 40 tundi Auditoorne töö 26 tundi.  Iseseisev töö 2) 8 tundi: eneseanalüüsi, CV ja avalduse koostamine.  Iseseisev töö 3) 6 tundi: „Mina hooldustöötajana“ slaidikava koostamine ja avalik esitlemine.	<b>9. Hooldustöötaja, tase 4 kutset läbiv kompetents.</b> 4.1 Digipädevused erialases töös, -algatasemel arvutikasutamine. 4.2 Võrdsuse, mitmekülguse ja sotsiaalala töötaja kutse-eeetika põhimõtted. 4.3 Valdkonnaga seotud õigusaktid. 4.4 Töötervishoid ja tööohutus, ergonoomilised töövõtted. 4.4 Eneseanalüüs ja erialane arenguvajadus, ennastjuhtiva elukestva õppijana. Refleksioon igapäevategevustes.
Juhendatud praktika (80 k tundi)	<b>10. Juhendatud praktika.</b> Juhendatud praktika toimub era või munitsipaalhoolekande- asutustes.
<b>11. Hindamine ehk õppe lõpetamise tingimused</b>	
Hindamismeetodid	Hindamiskriteeriumid
Valikvastustega testi lahendamine.	Õppija on õigesti vastanud vähemalt 80 %le küsimustest.
Situatsioonülesannete lahendamine	Õppija on, koolitaja poolt antud juhtumi põhjal lahendanud situatsioonülesande, hooldustöötaja kompetentse välja tuues ja kasutades.
Eneseanalüüsi, CV ja avalduse koostamine.	Õppija on koostanud eneseanalüüsi, CV ja avalduse.
Kodutööde esitamine.	Õppija on tähtaegselt teinud kodutööd: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hooldusplaani, kukkumise lehe koostamine.</li> <li>• „Mina hooldustöötajana“ slaidikava koostamine ja avalik esitlemine.</li> </ul>

**12. Väljastatavad dokumendid**

Koolituse õpiväljundid on tõendatud ja lõpetajale väljastatakse tunnistus, kui ta on osalenud auditoorses õppes vähemalt 80% ulatuses, läbinud esmaabi koolituse ja juhendatud praktika. Kui õppe lõpetamise tingimused on täitmata, väljastatakse õppetöös osalejale läbitud teemade osas tõend.

**13. Koolitajate kvalifikatsioon**

Koolitajad on oma eriala spetsialistid, kellel on kõrg- või eriharidus (kasvatus-, sotsiaal- või noorsootöö alal), pikaajaline töökogemus lastega ning täiskasvanute õpetamise kogemus.  
<https://koolitaja.com/koolitajad/>

