

# Käsitöö ja kodundus

---

## II kooliaste

### 1. Töö kavandamine ja rahvakunst

#### 1.1 Õpitulemused

- Õpilane: 1) kavandab omandatud töövõtete baasil jõukohaseid käsitööesemeid;
- 2) märkab rahvuslikke kujunduselemente tänapäevastel esemetel;
- 3) leiab käsitööeseme kavandamiseks ideid eesti rahvakunstist;
- 4) leiab võimalusi taaskasutada tekstiilmaterjale;
- 5) oskab kavandamisel kasutada ainekirjandust ja teabeallikaid.

#### 1.2 Õppesisu

Idee ja kavandi tähtsus esete valmistades. Kujunduse põhimõtted ja nende rakendamine. Kavandamise erinevad võimalused. Värvusõpetuse põhitõdede arvestamine esemete disainides. Ideede leidmine ja edasiarendamine kavandiks. Tekstiilide ja käsitöömaterjalide valiku ning sobivuse põhimõtted lähtuvalt kasutusala. Esemeline rahvakunst ja selle tähtsus. Tavad ja kombed. Rahvuslikud mustrid ehk kirjad ajaloolistel ja tänapäevastel esemetel. Muuseumide roll rahvakunsti säilitajana. Rahvuslike detailide kasutamine tänapäevast tarbeeset kavandades.

### 2. Materjalid ja töö kulg

#### 2.1 Õpitulemused

- Õpilane: 1) kirjeldab looduslike kiudainete saamist, põhiomadusi, kasutamist ja hooldamist;
- 2) eristab telgedel kootud kangaid trikootaazist ning võrdleb nende omadusi;
- 3) seostab käsitöölõnga jämedust töövahendiga;
- 4) töötab iseseisvalt lihtsama tööjuhendi järgi;
- 5) järgib töötades ohutusnõudeid ning hoiab korras töökoha;
- 6) hindab oma töö korrektsust ja esteetilisust.

#### 2.2 Õppesisu

Tekstiilkiudained. Looduslikud kiud, nende saamine ja omadused. Kanga kudumise põhimõte. Kanga liigid: telgedel kootud, silmuskoelised, mittekoetud kangad. Õmblusniidid, käsitööniidid ja -lõngad. Erinevatest tekstiilmaterjalidest esemete hooldamine. Töötamine suulise juhendamise järgi. Töötamine tööjuhendi järgi. Lihtsama tööjuhendi koostamine. Tööjaotus rühmas, ühistöö kavandamine. Ühise töö analüüsimine ja hindamine.

### 3. Tööliigid

#### 3.1 Õpitulemused

- Õpilane: 1) kasutab tekstiileset kaunistades ühe- ja kaherealisi pisteid;  
2) seab õmblusmasina töökorda, traageldab ning õmbleb lihtõmblust ja palistust;  
3) lõikab välja ja õmbleb valmis lihtsama eseme;  
4) heegeldab ja koob põhisilmuseid ning tunneb mustrite ülesmärkimise viise ja tingmärke;  
5) heegeldab ja koob lihtsa skeemi järgi;  
6) mõistab täpsuse vajalikkust ning järgib seda tekstiilitöös.

#### 3.2 Õppesisu

Tikkimine. Töövahendid ja sobivad materjalid. Sümbolid ja märgid. Tarbe- ja kaunistuspisted.

Üherealised ja kaherealised pisted. Mustri kandmine riidele. Tikandi viimistlemine ja hooldamine

Õmblemine. Töövahendid. Täpsuse vajalikkus õmblustöös. Õmblemine käsitsi ja õmblusmasinaga.

Õmblusmasina niidistamine. Lihtõmblus. Äärestamine. Palistused. Lõike paigutamine riidele, õmblusvarud. Õmblustöö viimistlemine ja hooldamine.

Kudumine. Töövahendid ja sobivad materjalid. Silmuste loomine. Parem- ja pahempidine silmus. Ääresilmused. Kudumi lõpetamine. Lihtsa koekirja lugemine ja selle järgi kudumine. Kudumi viimistlemine ja hooldamine.

Heegeldamine. Töövahendid ja sobivad materjalid. Põhisilmuste heegeldamine. Edasi-tagasi heegeldamine. Heegelkirjade ülesmärkimise viisid. Skeemi järgi heegeldamine. Ringheegeldamine. Motiivide heegeldamine ja ühendamine. Heegeldustöö viimistlemine ja hooldamine.

### 4. Toit ja toitumine, tarbijakasvatus

#### 4.1 Õpitulemused

- Õpilane: 1) teab erinevaid toiduainerühmi ning tunneb nendesse kuuluvaid toiduaineid ja nende omadusi;  
2) võrdleb pakendiinfo järgi erinevate toiduainete toiteväärtust;  
3) teab, mis toiduained riknevad kergesti, ning säilitab toiduaineid sobival viisil;  
4) teab väljendite „kõlblik kuni” ja „parim enne” tähendust;  
5) käitub keskkonnahoidliku tarbijana;  
6) oskab valida erinevaid kaupu ja oma valikut põhjendada;  
7) hindab oma toitumisharjumuste vastavust toitumisõpetuse põhitõdedele.

#### 4.2 Õppesisu

Toiduained ja toitained. Tervisliku toitumise põhitõed. Toidupüramiid. Toiduainerühmade üldiseloostus. Toiduainete säilitamine. Tarbijainfo (pakendiinfo). Teadlik ja säästlik tarbimine.

## **5. Energia ja vee säästlik tarbimine. Jäätmete sortimine. Toidu valmistamine, töö organiseerimine ja hügieen**

### 5.1 Õpitulemused

- Õpilane: 1) kasutab mõõtenõusid ja kaalu ning oskab teisendada mahu- ja massiühikuid;
- 2) valib töövahendid ja seadmed töö eesmärgi järgi ning kasutab neid ohutusnõudeid arvestades;
- 3) valmistab lihtsamaid tervislikke toite, kasutades levinumaid toiduaineid ning külm- ja kuumtöötlemistehnikaid;
- 4) lepib kaaslastega kokku tööjaotuse, täidab ülesande, hindab rühma töötulemust ja igaühe rolli tulemuse saavutamisel;
- 5) järgib köögis töötades hügieenireegleid.

### 5.2 Õppesisu

Retsept. Mõõtühikud. Töövahendid köögis. Ohutushoid. Toiduainete eeltöötlemine, külm- ja kuumtöötlemine. Isikliku hügieeni nõuded köögis töötades. Toidu ohutus. Nõude pesemine käsitsi, köögi korrashoid. Tööde järjekord toitu valmistades. Tööjaotus rühmas, ühistöö kavandamine. Ühise töö analüüsimine ja hindamine.

## **6. Lauakombed ja etikett**

### 6.1 Õpitulemused

- Õpilane: 1) katab toidukorra järgi laua, valides ning paigutades sobiva , lauanõud ja -kaunistused, ning hindab laua ja toitude kujundust;
- 2) peab kinni üldtuntud lauakommetest;
- 3) leiab loomingulisi võimalusi, kuidas pakkida kingitusi.

### 6.2 Õppesisu

Lauakombed ning lauakatmise tavad ja erinevad loomingulised võimalused. Lauanõud ja -kaunistused. Sobivate nõude valimine toidu serveerimiseks. Ideede ja võimaluste leidmine, kuidas pakkida erinevaid kingitusi.

## **7. Kodu korrashoid**

### 7.1 Õpitulemused

- Õpilane: 1) teeb korrastustöid, kasutades sobivaid töövahendeid;
- 2) planeerib rõivaste pesemist, kuivatamist ja triikimist hooldusmärkide järgi;
- 3) näeb kodutööde jaotamises pereliikmete heade suhete eeldust.

### 7.2 Õppesisu

Puhastus- ja korrastustööd. Töövahendid. Rõivaste pesemine käsitsi ja masinaga. Hooldusmärgid. Triikimine. Jalatsite hooldamine.

## 8. Projektitööd

### 8.1 Õpitulemused

Õpilane: 1) valmistab või leiab üksi või koostöös teistega ülesannetele ning probleemidele lahendusi;

2) suhtub kaaslastesse heatahtlikult ja arvestab teiste arvamust;

3) teadvustab end rühmatöö, projektitöö ja teiste ühistöö tegevuste osalisena;

4) osaleb aktiivselt erinevates koostöö- ja suhtlusvormides;

5) väärtustab disainiprotsessi ning analüüsib täidetud ülesandeid ja saadud tagasisidet;

6) kujundab, esitleb ja põhjendab oma arvamust.

### 8.2 Õppesisu

Igal õppeaastal on ainekavas üks õppeosa, mille puhul saavad õpilased vabalt valida õpperühma ja projekti. Projektid võivad olla nii tehnoloogiaõpetuse, käsitöö kui ka kodunduse valdkonnast.

Projektitöid võib lõimida omavahel, teiste õppeainete ja klassidevaheliste projektidega ning ülekoolliliste ja pikemaajaliste koolidevaheliste ettevõtmistega.

## III kooliaste

### 9. klassi lõpetaja

1) tunneb rõõmu üksi ja koos teistega töötegemisest ning mõistab töö- ja koostööoskuste olulisust igapäeva- ja tulevases tööelus;

2) arutleb töö ja tehnoloogia muutumise üle;

3) teeb teoks oma loomingulised ideed, kasutades sobivaid tehnikaid ja materjale;

4) kasutab loovülesannete täitmiseks materjali kogudes nüüdisaegseid teabevahendeid ning ainekirjandust;

5) tunneb ja väärtustab rahvaste kultuuripärandit, omab ülevaadet valdkonnaga seotud ametitest minevikus ja kaasajal;

6) analüüsib enda loomingulisi ja tehnoloogilisi võimeid ning teeb valikuid edasisteks õpinguteks;

7) teeb tervislikke toiduvalikuid, koostab tasakaalustatud ja mitmekülgse menüü ning valmistab erinevaid toite;

8) tuleb toime koduse majapidamise ja pere eelarvega ning käitub teadliku tarbijana.

Õppesisu III kooliastmes

## 1. Disain, kavandamine ja rahvakunst

### 1.1 Õpitulemused

Õpilane: 1) arutleb moe muutumise üle;

2) valib sobivaid rõivaid, lähtudes nende materjalist, otstarbest, lõikest, stiilist ja enda figuurist;

3) märkab originaalseid ja leidlikke lahendusi esemete ning rõivaste disainis;

4) kavandab isikupäraseid esemeid;

5) tunneb peamisi eesti rahvuslikke käsitöötavasid;

6) kasutab inspiratsiooniallikana etnograafilisi esemeid;

7) väärtustab rahvaste kultuuripärandit.

### 1.2 Õppesisu

Tekstiilid rõivastuses. Moe, isikupära ja proportsiooni põhimõtete arvestamine kavandades.

Sobivate lisandite valik stiili kujundades. Ideekavand ja selle vormistamine. Kompositsiooni

seaduspärasuste arvestamine käsitöoeset kavandades. Tekstiileseme kavandamine ja

kaunistamisviisid erinevates tehnikates. Ornamentika. Sümbolid ja märgid rahvakunstis. Kudumine,

heegeldamine ja tikkimine eesti rahvakunstis. Rahvarõivad. Eesti etnograafiline ornament

tänapäevase rõivastuse ja esemelise keskkonna kujundamisel. Teiste rahvaste etnograafia

inspiratsiooniallikana.

## 2. Materjalid ja tööliigid

### 2.1 Õpitulemused

Õpilane: 1) kirjeldab keemiliste kiudainete põhiomadusi, kasutamist ja hooldamist;

2) võrdleb materjalide valikul nende mõju tervisele;

3) valib ja kombineerib eseme valmistamiseks sobivaid materjale, töövahendeid, tehnikaid ja viimistlusvõtteid;

4) võtab lõikelehelte lõikeid, valib õpetaja abiga sobiva tehnoloogia ja õmbleb endale rõivaeseme;

5) koob kirjalist pinda ning koekirju koeskeemi kasutades, koob ringselt;

6) leiab loovaid võimalusi kasutada õpitud käsitöötehnikaid.

### 2.2 Õppesisu

Tekstiilkiudained. Keemilised kiud. Tehiskiudude ja sünteetiliste kiudude saamine ning omadused.

Tänapäeva käsitöömaterjalid. Mitmesuguste materjalide koos kasutamise võimaluste leidmine.

Tikkimine.

Tutvumine erinevate tikanditega. Tikand loomingulise väljendusvahendina. Võimaluse korral tikandi kavandamine ja loomine arvuti abil.

Õmblemine.

Kanga kuumniiske töötlemine. Rõivaeseme õmblemine. Mõõtude võtmine, rõiva suurusnumbri määramine, lõikelehe kasutamine ja lõigete paigutamine riidele. Valitud rõivaeseme õmblemiseks sobivate tehnoloogiliste võtete kasutamine. Õmblustöö viimistlemine.

Kudumine.

Silmuste kahandamine ja kasvatamine. Ringselt kudumine. Kirjamine. Erinevate koekirjade kudumine skeemi järgi. Silmuste arvestamine, eseme kudumine ja viimistlemine.

Heegeldamine. Tutvumine heegeltehnika võimalustega.

### 3. Käsitöö organiseerimine

3.1 Õpilane: 1) otsib ülesandeid täites abi nüüdisaegsest teabelevist;

2) esitleb või eksponeerib oma tööd;

3) täidab iseseisvalt ja koos teistega endale võetud ülesandeid ning planeerib tööd ajaliselt;

4) analüüsib enda loomingu- ja tehnoloogilisi võimeid ning teeb valikuid edasisteks õpinguteks ja hobideks.

3.2 Õppesisu

Õmblemise ja käsitööga seotud elukutsed ning võimalused ettevõtluseks. Töövahendite ja tehnoloogia valik olenevalt materjalist ja valmistatavast esemest. Töö planeerimine üksi ja rühmas töötades. Vajaliku teabe hankimine tänapäeva teabelevist, selle analüüs ja kasutamine. Oma töö ja selle tulemuse analüüsimine ning hindamine. Töö esitlemine, võimaluse korral näituse .

### 4. Toit ja toitumine

4.1 Õpitulemused

Õpilane: 1) teab mitmekülgse toiduvaliku tähtsust tervisele ning põhiliste makro- ja mikrotoitainete vajalikkust ja allikaid;

2) analüüsib toiduainete toiteväärtust, hindab nende kvaliteeti, tunneb toidu erinevaid säilitusviise ning riknemisega seotud riskitegureid;

3) analüüsib menüü tervislikkust ning koostab tasakaalustatud ja mitmekülgse menüü;

4) teab toidu valmistamisel toimuvaid muutusi ning oskab neid teadmisi rakendada;

5) võrdleb eri maade rahvustoite ja teab toitumistavasid mõjutavaid tegureid.

4.2 Õppesisu

Lisaained toiduainetes. Toiduainete toitainelise koostise hinnang. Mitmekülgse ja tasakaalustatud päevamenüü koostamine lähtuvalt toitumissoovitustest. Internetipõhised tervisliku toitumise keskkonnad. Toiduallergia ja toidutalumatuse. Taimetoitluse ja dieetide mõju organismile. Toitumishäired. Eestlaste toit ajast aega. Eri rahvaste toitumistraditsioonid ja toiduvalikut

mõjutavad tegurid (asukoht, usk jm). Toiduainete muutused kuumtöötlemisel, toitainete kadu. Mikroorganismid toidus. Toiduainete riknemise põhjused. Hügieeninõuded toiduainete säilitamise korral. Toidu kaudu levivad haigused. Toiduainete säilitamine ja konserveerimine.

## 5. Toidu valmistamise organiseerimine ja tarbijakasvatus

### 5.1 Õpitulemused

Õpilane: 1) arvestab rühmaülesandeid täites kaasõpilaste arvamusi ja hinnanguid;  
2) kasutab menüüd koostades ainekirjandust ja teabeallikaid;  
3) kalkuleerib toidu maksumust;  
4) hindab enda huve ja sobivust toiduga seotud ametiks või hobidega tegelemiseks;  
5) tunneb tarbija õigusi ning kohustusi, reklaami mõju ostuotsustele;  
6) oskab koostada ürituse eelarvet.

### 5.2 Õppesisu

Meeskonna juhtimine. Menüü koostamine, kalkulatsioon. Toiduga seonduvad ametid. Tarbija õigused ja kohustused. Märgistused toodetel. Reklaam ja ostuotsustused. Teadlik ja säästlik majandamine. Kokkuhoiuvõimalused ja kulude analüüs. Kulude planeerimine erijuhtudeks (peod, tähtpäevad jm).

## 6. Toidu valmistamine

### 6.1 Õpitulemused

Õpilane: 1) teab toiduainete kuumtöötlemise viise;  
2) tunneb peamisi maitseaineid ja roogade maitsestamise võimalusi;  
3) valmistab retsepti kasutades erinevaid kuumi ja külmi roogi;  
4) küpsetab tainatooteid ja võrdleb erinevaid kergitusaineid.

### 6.2 Õppesisu

Kuumtöötlemise viisid. Maitseained ja roogade maitsestamine. Supid. Llihatoidud. Kalaroad. Soojad kastmed. Kergitusained ja tainatooted. Vormiroad ja vokitoidud. Kuumtöödeldud järelroad. Rahvustoidud.

## 7. Etikett

### 7.1 Õpitulemused

Õpilane: 1) koostab lähtuvalt ürituse sisust menüü ning kujundab ja katab laua;  
2) vormistab ja kujundab kutse;  
3) rõivastub ja käitub ürituse eripära arvestades;

4) mõistab lauakommete tähtsust meeldiva suhtluskeskkonna loomisel.

## 7.2 Õppesisu

Koosviibimiste korraldamine. Kutsed. Erinevate peolaudade kujundamine. Peolaua menüü koostamine Rõivastus ja käitumine vastuvõttudel, kodus peolauas, kohvikus ning restoranis.

## 8. Kodu korrashoid

### 8.1 Õpitulemused

- Õpilane: 1) arutleb ja leiab seoseid kodu sisekujunduse ning seal elavate inimeste vahel;
- 2) tunneb erinevaid kodumasinaid ja oskab neid kasutusjuhendi järgi käsitseda;
- 3) tunneb põhilisi korrastustöid ja -tehnikaid;
- 4) oskab puhastusainete ostmisel ja kasutamisel lugeda kasutusjuhendit ning mõistab seda.

### 8.2 Õppesisu

Kodumasinad. Puhastusvahendite ohutu kasutamine. Suurpuhastus.

## 9. Projektitööd

### 9.1 Õpitulemused

- Õpilane: 1) leiab üksi või koostöös teistega ülesannetele ning probleemidele lahendusi;
- 2) organiseerib paindlikult ühistööd, planeerib ajakava ja oskab jaotada tööülesandeid;
- 3) suhtleb projektitöö asjus vajaduse korral kooliväliste institutsioonidega, et saada teemakohast infot, seda analüüsida, kriitiliselt hinnata ja tõlgendada;
- 4) suhtub kaaslastesse heatahtlikult ja arvestab teiste arvamust;
- 5) mõistab info kriitilise hindamise vajalikkust ning kasutab infot kooskõlas kehtivate seaduste ja normidega;
- 6) kujundab, esitleb ja põhjendab oma arvamust;
- 7) väärtustab töötegemist ning analüüsib täidetud ülesandeid ja saadud tagasisidet.

### 9.2 Õppesisu

Igal õppeaastal on ainekavas üks õppeosa, mille puhul saavad õpilased vabalt valida õpperühma ja projekti. Projektid võivad olla nii tehnoloogiaõpetuse, käsitöö kui ka kodunduse valdkonnast.