

KINNITATUD

Alar Krautmani Terviseakadeemia koolijuhi 03.03.2020.a. otsusega nr 04/20.

## **Alar Krautmani**

### **TERVISEAKADEEMIA**

#### TÄIENDUSÕPPE ÕPPEKAVA

Õppekava nimetus	Eesti pärimusmeditsiin (intensiivõpe)
Õppekavarühm	Massaaž, tervis, loodusravi ja täiendmeditsiin
Õppekavakoostamise alus	Täiendmeditsiini- ja loodusterapeut spetsialiseerumisega eesti loodusterapeut, tase 6 kutsestandard (vastu võetud 21.11.2017).
Õppe maht	Maht 1067 akadeemilist tundi, millest 700 tundi on auditoorne töö, 80 tundi praktika koolikeskkonnas ja 287 tundi iseseisvat tööd.
Õpperühma minimaalne osalejate arv	Minimaalne osalejate arv on 8 õpilast.
Õppekava eesmärk	Eesti pärimusmeditsiini spetsialisti töö eesmärk on aidata inimestel saavutada optimaalset elukvaliteeti. Elukvaliteet paraneb koos muutustega tervislikus seisundis, mõtteviisis, elustiilis ja -tegevuses. Eesti pärimusmeditsiini spetsialist käsitleb klienti kui unikaalset indiviidi, kelle keha, tunded ja mõtted moodustavad lahutamatu terviku. Tema töö fookus on tihti terviseprobleemide ennetamisel. Koostöös kliendiga aitab ta leida heaolu languse põhjused ja läbi viia muutused, mis aitavad uuesti leida sisemist tasakaalu, tagades sel moel tervise ja elukvaliteedi tõusu. Ta täiendab oma oskusi pidevalt ja vajadusel soovib klientil pöörduda mõne teise spetsialisti poole. Koolituse tulemusena on õppijal Täiendmeditsiini- ja loodusraviterapeut, tase 6 spetsialiseerumisega Eesti loodusterapeut kutseeksami sooritamiseks vajalikud teadmised ja oskused.
Õppekava õpiväljundid	Kursuse lõpuks omab õppija põhjalikke teadmisi inimese anatoomiast ja füsioloogiast. Teab kuidas ennetada

## KINNITATUD

Alar Krautmani Terviseakadeemia koolijuhi 03.03.2020.a. otsusega nr 04/20.

	terviseprobleeme kasutades Eesti pärimuslikku loodusravi põhimõtteid ja -tehnikaid. Oskab hinnata kliendi seisundit ja kuulab ära kliendi loo ning dokumenteerib teabe; planeerib ja viib ellu teraapia (teraapiate tsükli) ning teeb kokkuvõtteid, rakendades vastavaid teadmisi ja oskusi. Oskab jälgida reaktsioone ning teab vastava teraapia näidustusi ja vastunäidustusi.
Sihtgrupp	Kõik Eesti pärimusmeditsiini spetsialisti kursusest huvitatud isikud, kes soovivad omandada erialaseid oskusi ja -teadmisi.
Õppe alustamise tingimused	Õppe alustamiseks peab olema soovijal keskharidus.
Õppekeskkond	Õpe toimub peamiselt Alar Krautmani Terviseakadeemias või õppeasutuse poolt määratud kohas. Õpperuumid vastavad tervisekaitse ja -ohutusnõuetele.
Õppevahendid	Õppijatele on olemas kõik õppetöös vajalik, sh massaažilauad, paberid, linad, rätikud, õlid, desinfitseerimisvahendid, tahvel, projektor, luukere, massaažimatid. Õppevahendite kasutus (sh. konspekt) kuulub õppemaksu sisse.
Õppesisu	Kutsestandardis kirjeldatud Eesti loodusteraapia (Eesti pärimusmeditsiini) teoreetilised alused, näidustused ja vastunäidustused; massaaži ja teiste teraapiate võtted ja tehnikad; anamneesi võtmine ja kliendi hindamine; teraapiate läbiviimise meetoodika; hügieen ja ergonoomika; teraapiate praktiline teostus; tööohutus; massaažiseansi dokumenteerimine.
Õppemeetodid	Loengud, grupitööd, laagrid, seminarid ja praktiline õpe.
Õppematerjalid	Konspekt, töövihikud, videomaterjalid. Iga õpetaja loob oma tundide jaoks eraldi õppematerjalid ning nende loendi.
Õppe lõpetamise tingimused	Õpingute lõpetamise eelduseks on aktiivne osalemine tundides ja hindamisülesannete sooritamine vastavalt hindamiskriteeriumitele.

KINNITATUD

Alar Krautmani Terviseakadeemia koolijuhi 03.03.2020.a. otsusega nr 04/20.

Õppe lõpetamisel väljastatav dokument	Tunnistus väljastatakse õpiväljundite omandamisel miinimumtasemel ning eksami sooritamisel vähemalt 75%. Tõend väljastatakse auditoorsetel ja praktilistel kursustel osalemisel.
Hindamismeetod	Kursuse- ja lõputöö esitamine ning kaitsmine. Eksamite sooritamine vähemalt 75% ning osalemine praktikalaagris.
Hindamiskriteerium	Õppija on omandanud õppekavas ettenähtud õppeained. Tunneb inimese anatoomiat ja füsioloogiat, oskab käsitleda anamneesi, hinnata kliendi olukorda. Oskab läbi viia õpitud teraapiaid, teab nende näidustusi ja vastunäidustusi.
Koolitaja kvalifikatsioon	Koolitajatel on erialane töökogemus ja/või haridus ning täiskasvanute koolitamise kogemus.