

KINNITATUD

Alar Krautmani Terviseakadeemia koolijuhi 26.08.2021.a. otsusega nr 2/21.

Alar Krautmani

TERVISEAKADEEMIA

TÄIENDUSÕPPE ÕPPEKAVA

Õppekava nimetus	Ennetusmeditsiin
Õppekavarühm	Teraapia ja taastusravi
Õppekava koostamise alus	Ennetusmeditsiini kutsestandard, tase 5
Õppe maht	Maht 1016 akadeemilist tundi, sh 800 t auditoorne

KINNITATUD

Alar Krautmani Terviseakadeemia koolijuhi 26.08.2021.a. otsusega nr 2/21.

	töö ja 160 t iseseisev töö ning 160 t praktikat.
Õpperühma minimaalne osalejate arv	Minimaalne osalejate arv on 8 õpilast.
Õppekava eesmärk	<p>Tervisenõustaja töö eesmärk on aidata inimestel jääda terveks, saavutada optimaalset elukvaliteeti ja vältida haigusi.</p> <p>Elukvaliteet paraneb koos muutustega tervislikus seisundis, mõtteviisis, elustiilis ja -tegevuses.</p> <p>Tervisenõustaja käsitleb klienti kui unikaalset indiviidi, kelle keha, tunded ja mõtted moodustavad lahutamatu terviku. Koostöös kliendiga aitab ta leida heaolu languse põhjused, annab vajadusel soovitusi muudatuste tegemiseks elustiili, toitumise vms osas, mis aitavad uuesti leida sisemist tasakaalu, tagades sel moel tervise ja elukvaliteedi tõusu. Ta on ühtlasi vahendajaks teiste erialaspetsialistide vahel, kui probleemi lahendamine ei kuulu tema kompetentsi.</p> <p>Koolituse tulemusena on õppijal ennetusmeditsiini tase 5 kutseeksami sooritamiseks vajalikud teadmised ja oskused.</p>

KINNITATUD

Alar Krautmani Terviseakadeemia koolijuhi 26.08.2021.a. otsusega nr 2/21.

Õppekava õpiväljundid	Kursuse lõpuks omab õppija teadmisi inimese tervisest laiemalt, anatoomiast, füsioloogiast, massaažist, toitumisest, loovusest, loodusega suhestumisest, liikumisest ja puhkusest, rasedusest ja sünnitusest, geriaatriast, karastamisest ja muudest tervist toetavatest teguritest. Tervise nõustaja teab, kuidas ennetada terviseprobleeme, kasutades nõustamist ja ennetusmeditsiini põhimõtteid. Ta oskab hinnata kliendi seisundit, kuulab ära kliendi loo ning dokumenteerib teabe; planeerib ja viib ellu teraapia (teraapiate tsükli) ning teeb kokkuvõtteid, rakendades vastavaid teadmisi ja oskusi.
Sihtgrupp	Inimesed, kes soovivad aidata ja nõustada tervise hoidmise eesmärgil.
Õppe alustamise tingimused	Õppe alustamiseks peab olema soovijal vähemalt kesk- või kutseharidus.

KINNITATUD

Alar Krautmani Terviseakadeemia koolijuhi 26.08.2021.a. otsusega nr 2/21.

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 projektor, skelett, matid, paberid, massaažiks vajaminev varustus, desinfitsaatorid, tahvel. Õppevahendite kasutus (sh konspekt), kuulub õppemaksu sisse.
Õppesisu	Kutsestandardis kirjeldatud ennetusmeditsiini *teoreetilised ained - näit. anatoomia, terviseõpetus, rasedus ja sünnitus, taimeravi jms *praktilised tegevused - loovusõpetus, karastamine, saun, massaaž, lõdvestavad ja vabastavad tehnikad jms *anamneesi võtmine ja kliendi hindamine *nõustamise läbiviimise metoodika *seansi dokumenteerimine

KINNITATUD

Alar Krautmani Terviseakadeemia koolijuhi 26.08.2021.a. otsusega nr 2/21.

Õppemeetodid	Loengud, grupitööd, õppelaagrid, 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.
Õppe lõpetamisel väljastatav dokument	Tunnistus väljastatakse õpiväljundite omandamisel miinimumtasemel ning eksami sooritamisel vähemalt 75%. Tõend väljastatakse auditoorsetel ja praktilistel kursustel osalemisel.

KINNITATUD

Alar Krautmani Terviseakadeemia koolijuhi 26.08.2021.a. otsusega nr 2/21.

Hindamismeetod	Lõputöö esitamine ning kaitsmine. Eksamite sooritamine vähemalt 75% ning osalemine praktikalaagris. Nõuetekohaselt läbitud nõustamispraktikad.
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. Oskab klienti nõustada tervist toetavates teemades.
Koolitaja kvalifikatsioon	Koolitajatel on erialane töökogemus ja/või haridus ning täiskasvanute koolitamise kogemus.