

Alar Krautmani

TERVISEAKADEEMIA

TÄIENDUSÕPPE ÕPPEKAVA

Õppekava nimetus	Massööri baaskursus spetsialiseerumisega klassikalises massaažis
Õppekavarühm	Teraapia ja taastusravi
Õppekavakoostamise alus	Kutsestandard „Massöör, tase 5“. Kinnitatud 28.11.2018
Õppe maht	Maht 1100 akadeemilist tundi, millest 1000 t auditoorne ja praktiline töö ning 100 t iseseisev praktiline töö.
Õpperühma minimaalne osalejate arv	Minimaalne osalejate arv on 8 õpilast.
Õppekava eesmärk	Massööri töö eesmärk on massaažiga aidata kaasa kliendi füüsilise ja vaimse suutlikkuse taastamisele, tervisehäirete ennetamisele, organismi üldise vastupanuvõime tugevdamisele ja hea enesetunde saavutamisele. Massööril on valmidus töötamiseks avatud tööturul massaažiteenuseid pakkuvates ettevõtetes või ettevõtjana ning õpingute jätkamiseks ja elukestvaks õppeks. Ta nõustab ja juhendab kliente ning vajadusel soovitab pöörduda tervishoiuspetsialisti poole. Koolituse tulemusena on õppijal massöör tase 5 kutseeksami sooritamiseks vajalikud teadmised ja oskused.
Õppekava õpiväljundid	Kursuse lõpuks omab õppija põhjalikke teadmisi inimese anatoomiast ja füsioloogiast. Oskab hinnata kliendi seisundit ja kuulab ära kliendi loo ning dokumenteerib teabe; planeerib ja viib ellu klassikalist massaaži ning teeb kokkuvõtteid, rakendades vastavaid teadmisi ja oskusi.

KINNITATUD

Alar Krautmani Terviseakadeemia koolijuhi 03.03.2020.a. otsusega nr 07/20.

	Oskab jälgida reaktsioone ning teab klassikalise massaaži töövõtete näidustusi ja vastunäidustusi.
Sihtgrupp	Kõik Klassikalise massaaži 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 õppetööks vajalik, sh massaažilauad, paberid, linad, rätikud, õlid, desinfitsaatorid, tahvel, projektor, luukere, massaažimatid). Õppevahendite kasutus (sh. Konspekt, kuulub õppemaksu sisse).
Õppesisu	Kutsestandardis kirjeldatud Klassikalise massaaži teoreetilised alused, näidustused ja vastunäidustused; massaaži ja teiste teraapiate võtted ja tehnikad; anamneesi võtmine ja kliendi hindamine; teraapiate läbiviimise metoodika; 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.
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 03.03.2020.a. otsusega nr 07/20.

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.