

Klassikalise massaaži algkursus

TÄIENDUSKOOLITUSASUTUSE NIMETUS:

Massaažimaailm OÜ Massaažimaailma Koolituskeskus

1. Õppekava nimetus

Klassikalise massaaži algkursus

2. Õppekavarühm ja õppekava koostamise alus

ÕPPEKAVARÜHM: Teraapia ja taastusravi

ÕPPEKAVAKOOSTAMISE ALUS: Puudub

3. Eesmärk ja õpiväljundid

EESMÄRK: Õpetusega taotletakse, et õppija omandab klassikalise massaaži tegemiseks baasoskused ja teadmised, massaaži tehes lähtub kliendi vajadustest, näidustustest ja vastunäidustustest, massööri kutse-etikast, hügieeni, tööohutuse nõuetest ning klienditeeninduse heast tavast.

ÕPIVÄLJUNDID: Kursuse lõpuks õppija

- oskab koguda anamneesi;
- planeerib klassikalise massaaži seansi vastavalt kliendi vajadustele ja seisundile;
- teeb klassikalist massaaži, rakendades omandatud teoreetilisi teadmisi ja praktilisi oskusi;
- kasutab sobivaid tooteid (õlisid, kreeme) ja töövahendeid arvestades kliendi isikupära ja soovidega;
- analüüsib tehtud massaaži tulemusi;
- täidab dokumentatsiooni tehtud tööst.

4. Sihtgrupp ja õppe alustamise tingimused

SIHTGRUPP: Kõik klassikalise massaaži kursusest huvitatud. Samas massaažiteeninduse valdkonnas töötavad või tööd alustavad inimesed, kes soovivad omandada klassikalise massaaži tegemiseks vajalikke baasoskusi ja -teadmisi.

ÕPPE ALUSTAMISE TINGIMUSED: puuduvad

5. Õppe maht, õppe ülesehitus, õppekeskkond ja õppevahendid

ÕPPE MAHT JA ÜLESEHITUS: Kursuse kogumaht on 50 tundi, millest 40 tundi auditoorset tööd ja 10 tundi praktikat koolikeskkonnas.

ÕPPEKESKKOND: Õpe toimub Narva-Jõesuus, massaažisalongi õppeklassis, milles on loodud tingimused antud õppe läbiviimiseks. Osalejatele on koolituskeskuse poolt tagatud kõik vajalikud massaaživahendid.

ÕPPEVAHENDID: massaažilaud, käterätikud, jalarullid, desinfitseerimisvahendid, kätepaberid ja õlid.

6. Õppeprotsessi kirjeldus, sh õppe sisu, õppemeetodid ja materjalid

ÕPPESISU:

- klassikalise massaaži teoreetilised alused;
- klassikalise massaaži võtted ja võtete toime;
- anamneesi võtmine ja kliendi hindamine;
- massaaži läbiviimise metoodika;
- hügieen ja ergonoomika;
- klassikalise massaaži praktiline teostus;
- massaaži teostamine kehapiirkondade kaupa;
- üldmassaaž;
- massaažiseansi dokumenteerimine.

ÕPPEMEETODID:

Loengud, rühmatöö, vaatlus, seminarid ja praktiline õpe.

ÕPPEMATERJALID:

Ilves, M., Rannamaa, L., Mür, M., Kartau, A-K. , 2014, "Klassikalise massaaži õpik" M.I. Massaažikool.

7. Hindamine ehk õppe lõpetamise tingimused

Õpingute lõpetamise eelduseks on osalemine vähemalt 75% auditoorsetes tundides ja 100% praktilistest tundides ning hindamisülesandete sooritamine vastavalt hindamiskriteeriumitele.

HINDAMISMEETOD:

- kirjalik test (hõlmab läbitud teemasid);
- suuline vestlus;
- õppija demonstreerib klassikalise massaaži tegemist arvestades kliendi vajaduste ja soovidega.

HINDAMISKRITEERIUM:

- Õppija omab teadmisi ja räägib kursusel läbitud teemadest;
- Võtab kliendi anamneesi vastavalt klienditeeninduse heale tavale ning arvestab kliendi konfidentsiaalsusega;
- Planeerib klassikalist massaaži kestvuse ja kava vastavalt näidustustele, vastunäidustustele ning kliendi soovile;
- Teeb klassikalist massaaži;
- Kasutab massööri ergonoomikat ja keha-asendeid;
- Valmistab ette ja korrastab töökoha, valib ning kasutab sobivaid töövahendeid.

8. Väljastatavad dokumendid

Õpiväljundid omandanud ning hindamise läbinud õppijale väljastatakse tunnistus. Hindamisel mitteosalenud või hindamist mitteläbinud õppijale väljastatakse tõend kursusel osalemise ja läbitud teemade kohta.

9. Koolitaja kvalifikatsioon

Massööri haridus, töökogemus massöörina ning täiskasvanute koolitamise kogemus.