

Meemassaaži kursus

TÄIENDUSKOOLITUSASUTUSE NIMETUS:

Massaažimaailm OÜ Massaažimaailma Koolituskeskus

1. Õppekava nimetus

Meemassaaži kursus

2. Õppekavarühm ja õppekava koostamise alus

ÕPPEKAVARÜHM: Teraapia ja taastusravi

ÕPPEKAVAKOOSTAMISE ALUS: Puudub

3. Eesmärk ja õpiväljundid

EESMÄRK: Õpetusega taotletakse, et õppija omandab meemassaaži läbiviimiseks baasoskused ja teadmised, massaaži tehes lähtub kliendi eesmärgist, näidustustest ja vastunäidustustest.

ÕPIVÄLJUNDID: Kursuse lõpuks õppija

- teeb meemassaaži rakendades vastavaid teadmisi ja oskusi;
- analüüsib tehtud massaaži tulemusi;
- täidab dokumentatsiooni tehtud tööst.

4. Sihtgrupp ja õppe alustamise tingimused

SIHTGRUPP: Kõik meemassaaži kursusest huvitatud. Isikud, kes soovivad omandada meemassaaži tegemise baasoskused ja -teadmised.

ÕPPE ALUSTAMISE TINGIMUSED: puuduvad

5. Õppe maht, õppe ülesehitus, õppekeskkond ja õppevahendid

ÕPPE MAHT JA ÜLESEHITUS: Kursuse kogumaht on 10 tundi, millest 8 tundi auditoorset tööd ja 2 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 ning mesi.

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

ÕPPESISU:

- meemassaaži teoreetilised alused, näidustused ja vastunäidustused;
- meemassaaži võtted ja tehnikad;
- anamneesi võtmine ja kliendi hindamine;
- massaaži läbiviimise metoodika;
- hügieen ja ergonoomika;
- meemassaaži praktiline teostus;
- tööohutus;
- massaažiseansi dokumenteerimine.

ÕPPEMEETODID:

Loeng ja praktiline õpe.

MATERJALID: meemassaaži konspekt.

7. Hindamine ehk õppe lõpetamise tingimused

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

HINDAMISMEETOD:

- õppija demonstreerib meemassaaži tegemist arvestades kliendi vajaduste ja soovidega.

HINDAMISKRITEERIUM:

- õppija omab teadmisi ja räägib kursusel läbitud teemadest;
- valmistab ette töökoha meemassaaži tegemiseks vastavalt juhendile;
- meemassaaži tegemisel rakendab sobivaid tehnikaid, arvestab mee omaduste ja toimega ning näidustuste ja vastunäidustustega;
- võtab kliendi anamneesi vastavalt klienditeeninduse heale tavale ning arvestab kliendi konfidentsiaalsusega;
- Kasutab massööri ergonoomikat ja keha-asendeid;
- Valmistab ette ja korrastab töökoha.

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.