

Lümfimassaaži kursus

TÄIENDUSKOOLITUSASUTUSE NIMETUS:

Massaažimaailm OÜ Massaažimaailma Koolituskeskus

1. Õppekava nimetus

Lümfimassaaži kursus

2. Õppekavarühm ja õppekava koostamise alus

ÕPPEKAVARÜHM: Teraapia ja taastusravi

ÕPPEKAVAKOOSTAMISE ALUS: Puudub

3. Eesmärk ja õpiväljundid

EESMÄRK: Õpetusega taotletakse, et õppija omandab teadmisi lümfisüsteemist ja seda mõjutavatest teguritest, teostab lümfimassaaži kasutades omandatud baasoskusi ja teadmisi, massaaži tehes lähtub kliendi seisundist, näidustustest ja vastunäidustustest.

ÕPIVÄLJUNDID: Kursuse lõpuks õppija

- teab lümfimassaaži näidustusi ja vastunäidustusi;
- teab lümfisüsteemi ehitust ja anatoomia;
- teab erinevaid lümfiringe häireid ja tursete tekkepõhjuseid;
- teostab lümfimassaaži erinevate näidustuste korral;
- analüüsib tehtud massaaži tulemusi;
- täidab dokumentatsiooni tehtud tööst.

4. Sihtgrupp ja õppe alustamise tingimused

SIHTGRUPP: Isikud, kes soovivad omandada lümfimassaaži tegemise baasoskused ja -teadmised.

ÕPPE ALUSTAMISE TINGIMUSED: keskharidus; anatoomia, füsioloogia ja patoloogiline füsioloogia läbitud kursus

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, kattepaber, käterätikud, jalarullid, desinfitseerimisvahendid, kätepaberid.

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

ÕPPESISU:

- lümfisüsteemi, lümfimassaaži teoreetilised alused, näidustused ja vastunäidustused;
- lümfiringe häired;
- lümfimassaaži võtted, tehnikad;
- anamneesi võtmine ja kliendi hindamine;
- massaaži läbiviimise metoodika;
- üldmassaaži praktiline teostus;
- hügieen ja ergonoomika;
- massaažiseansi dokumenteerimine.

ÕPPEMEETODID:

Loengud ja praktiline õpe.

MATERJALID: lümfimassaaži konspekt.

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;
- suuline vestlus;
- õppija demonstreerib lümfimassaaži tegemist arvestades kliendi vajaduste ja soovidega.

HINDAMISKRITEERIUM:

- õppija omab teadmisi ja räägib kursusel läbitud teemadest;
- valmistab ette töökoha lümfimassaaži tegemiseks vastavalt juhendile;
- lümfimassaaži tegemisel rakendab sobivaid tehnikaid, arvestab kliendi 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.