

Tselluliidimassaaži kursus

TÄIENDUSKOOLITUSASUTUSE NIMETUS:

Massaažimaailm OÜ Massaažimaailma Koolituskeskus

1. Õppekava nimetus

Tselluliidimassaaži kursus

2. Õppekavarühm ja õppekava koostamise alus

ÕPPEKAVARÜHM: Teraapia ja taastusravi

ÕPPEKAVAKOOSTAMISE ALUS: Puudub

3. Eesmärk ja õpiväljundid

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

ÕPIVÄLJUNDID: Kursuse lõpuks õppija

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

4. Sihtgrupp ja õppe alustamise tingimused

SIHTGRUPP: Kõik tselluliidimassaaži kursusest huvitatud. Isikud, kes soovivad omandada teadmisi ja oskusi tselluliidimassaaži teostamiseks.

ÕPPE ALUSTAMISE TINGIMUSED: klassikalise massaaži algkursus, lümfimassaaži kursus ja kupumassaaži kursus.

5. Õppe maht, õppe ülesehitus, õppekeskkond ja õppevahendid

ÕPPE MAHT JA ÜLESEHITUS: Kursuse kogumaht on 20 tundi auditoorset tööd.

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

ÕPPEVAHENDID: massaažilaud, kattedpaber, käterätikud, jalarullid, desinfitseerimisvahendid, kätepaberid ning kupud.

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

ÕPPESISU:

- tselluliidimassaaži teoreetilised alused, näidustused ja vastunäidustused;
- tselluliidimassaaži võtted ja tehnikad;
- anamneesi võtmine ja kliendiseisundi hindamine;
- massaaži läbiviimise metoodika;
- hügieen ja ergonomika;
- kutse eetika;
- tselluliidimassaaži praktiline teostus;
- massaažiseansi dokumenteerimine.

ÕPPEMEETODID:

Loeng ja praktiline õpe.

MATERJALID: tselluliidimassaaži konspekt.

7. Hindamine ehk õppe lõpetamise tingimused

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

HINDAMISMEETOD:

- õppija demonstreerib tselluliidimassaaži tegemist arvestades kliendi vajaduste ja soovidega.

HINDAMISKRITEERIUM: õppija

- valmistab ette töökoha tselluliidimassaaži tegemiseks vastavalt juhendile;
- tselluliidimassaaži tegemisel rakendab sobivaid tehnikaid, arvestab näidustuste ja vastunäidustustega;
- valib ning kasutab sobivaid töövahendeid;
- võtab kliendi anamneesi vastavalt klienditeeninduse heale tavale ning arvestab kliendi konfidentsiaalsusega;
- kasutab massööri ergonomikat ja keha-asendeid;
- korrastab töökoha;
- dokumenteerib massaažiseansi.

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 kutseharidus, töökogemus massöörina ning täiskasvanute koolitamise kogemus.