

KLASSIKALINE ROOTSI MASSAAZ. BAASKURSUS

Täienduskoolitusasutuse nimetus: Lahe MTÜ, Lahe Tervis

Õppekava nimetus: KLASSIKALINE ROOTSI MASSAAZ. BAASKURSUS

Õppekavarühm: Teraapia ja taastusravi

Õppe kogumaht: 60ah millest 40 tundi on kontaktõpe ja 20 tundi iseseisev töö

Õppekava koostamise alus: Massöör 5, Kutsestandard

Sihtgrupp ja õppe alustamise tingimused:

Isikud, kes soovivad omandada massaaži baasoskused ja -teadmised. Nõuded õpingute alustamiseks puuduvad.

Õppe eesmärk

Õpetusega taotletakse, et õpilane planeerib ja sooritab massaažiseansi lähtudes kliendi vajadustest, massööri kutse-eeskriitika, hügieeni, tööohutuse nõuetest ning klienditeeninduse heast tavast.

Õpiväljundid:

Kursuse lõpuks: Mõistab massaaži eripära ning massaaži läbiviimisega kaasnevaid ohte,

Analüüsib oma valmisolekut massaaži läbiviimiseks juhendades hügieeni nõuetest. Rakendab teadmisi ja oskusi vastavalt massaaži seansi kavale, lähtudes kliendi seisundist.

Õppesisu:

- massaaži spetsiifika
- näidustused ja vastunäidustused massaažiks
- massaaži anatoomilis-füsioloogiline mõju inimese organismile
- massaaži tehnikad
- massaaži tegemine kehaosade kaupa vastavalt kliendi seisundile
- massaažiseansi dokumenteerimine, anamneesi kogunemine
- massaažiergonoomika
- töökoht ja töövahendid
- kutse- eeskriitika
- tööohutus

Õppemeetod/id: teooria ja praktiline õpe .

Iseseisev töö:

Õppiija teeb iseseisvalt massaaži vastavalt koostatud klassikalise massaaži kavale ja kliendi seisundile

Õppija analüüsib tehtud massaaže

Õppija koostab lihasmappi.

Õppematerjalid: Õpetaja poolt koostatud konspektid, töövihikud, lubatud teha tunnist video kodukasutamiseks.

Õppematerjalide loend:

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

Õppevahendid: massaažiks vajalikud töövahendid. Õppes kasutatakse järgmisi õppevahendeid: massaažilaud, matt, rullid, pallid, õlid, kreemid, rätikud, kätepaberid, desinfitseerimisvahendid.

Nõuded õpingute lõpetamiseks, sh hindamismeetodid ja hindamiskriteeriumid:

Õpingute lõpetamise eelduseks on osalemine 100% audiotoorsetes tundides ja hindamisülesannete sooritamine vastavalt hindamiskriteeriumitele.

Hindamismeetod : Praktiline töö, kursuslane demonstreerib massaaži võtteid.

Hindamiskriteeriumid:

Kursuslane:

- töökoha ettevalmistus massaaži teostamiseks juhendile vastavalt
- võtab kliendi käest anamneesi massaažikava koostamiseks
- planeerib massaaži kestvuse ja kava vastavalt massaažiliigi spetsiifikale, kliendi näidustustele, vastunäidustustele ning soovile
- massaaži tehes, valib töövahendina vastava massaažilaua ning kasutab sobivaid võtteid ja vahendeid, rakendab massaaži tegemise põhieegleid ja ergonoomikat vastavalt massaažiliigile
- massaaži tegemisel tagab kliendi heaolu ja suhtleb kliendiga arvestades kliendikeskse teeninduse põhimõtteid ja kutse-eeetika nõudeid
- peale massaaži teostamist korrastab töökoha vastavalt juhendile

Koolitaja:

Kristina Lahe-Vader – Kutseline haridus M.I.Massaažikool, kutsemassöör, lastemassöör; Tallinna Ülikool(kutsepedagoogika); Ida Euroopa Osteopaatiakool (osteopraktik).

Georg Vader- assistent. M.I. Massaažikool, East-European School of Osteopathy, Hiropakrika Libre Universite du Samadeva 'It, MasterTal International School of Perceptual Osteopathy, Ariel Pelevin International School of Massage Therapy and Bodywork, Ukraina Association of Applied Kinesiology (UAPK)

Õppekeskkond: Õpe toimub Lahe Tervise ruumides. Õppijatele on õppetöö läbiviimiseks vajalikud vahendid. Praktikakoht on Lahe Tervise õppesalong.

Kursuse läbimisel väljastatav dokument: Tunnistus- kui õppija on läbinud hindamise ja saavutanud õpiväljundi/d. Tõend – kui õppija ei saavutanud õpiväljundit/deid . Kui õpilane katkestab õppimise väljastatakse osolemise tõend.

Koolitaja jätab endale õiguse teha muudatusi õppekavas, tunniplaanis ja õppesessioonide ajakavas. Täpsustavatele küsimustele saab vastused tel teel: 56903049 ja/või emailiteel:info@lahetervis.ee

Õppemaksu tasumise kord; õppemaksu tagastamise alused ja kord; vaidluste lahendamise kord võib vaadata dokumendis [Täienduskoolituse õppekorralduse alused Lahe Tervise koolituskeskuses.](#)

Kontaktisik: Kristina Lahe-Vader