

Täienduskoolitusasutuse nimetus: Lahe MTÜ, Lahe Tervis

Õppekava nimetus: Tai massaaži kursus

Õppekavarühm: Teraapia ja taastusravi

Õppe kogumaht: 40 akadeemilist tundi (ah), millest 30 tundi on kontaktõpe ja 10 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-eetika, hügieeni, tööohutuse nõuetest ning klienditeeninduse heast tavast.

Õpiväljundid:

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

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

Õppesisu:

-tai massaaži spetsiifika

-näidustused ja vastunäidustused massaažiks

-ettevalmistamine massaažiks

-massaaži anatoomilis-füsioloogiline mõju inimese organismile

-tai massaaži kava ja tehnikad

-massaaži tegemine kehaosade kaupa vastavalt kliendi seisundile

-massaaži ergonoomika

-töökoht ja töövahendid

-kutse- eetika

-tööohutus

Õppemeetod/id: teooria ja praktiline õpe .

Iseseisev töö:

Referaat teemal Tai massaaži ajalugu.

Õppija teeb iseseisvalt massaaži ja analüüsib tehtud massaaže

Õppematerjalid:

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

Õppematerjalide loend:

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

Õppevahendid:

Massaažiks vajalikud töövahendid- massaažilaud, matt, rullid, 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 põhireegleid 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).

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