

Alar Krautmani

TERVISEAKADEEMIA

MOODULÖPPE ÕPPEKAVA

Õppekava nimetus	Massöör
Õppekavarühm	Teraapia ja taastusravi
Õppekavakoostamise alus	Kutsestandard „Massöör, tase 5“. Kinnitatud 12.04.2018
Õppemaht	Maht 140 akadeemilist tundi, millest 28 tundi on auditoornetöö, 84 tundi praktika koolikeskkonnas ja 28 tundi iseseisvat tööd.
Õppekava eesmärk	Massööri töö eesmärk on massaažiga aidata kaasa kliendi füüsilise ja vaimse suutlikkuse taastamisele, tervisehäirete ennetamisele, organismi üldise vastupanuvõime tugevdamisele ja hea enesetunde saavutamisele. Massööril on valmidus töötamiseks avatud tööturul massaažiteenuseid pakkuvates ettevõtetes või ettevõtjana ning õpingute jätkamiseks ja elukestvaks õppeks. Ta nõustab ja juhendab kliente ning vajadusel soovitab pöörduda tervishoiuspetsialisti poole.
Õppekava õpiväljundid	Kursuse lõpuks õppija teab erinevate Klassikalise massaaži võtteid ja oskab kasutada vajalikke vahendeid massaaži läbi viimiseks.
Sihtgrupp	Kõik Klassikalise massaaži kursusest huvitatud isikud, kes soovivad omandada erialaseid oskusi ja -teadmisi.
Õppe alustamise tingimused	Õppe alustamiseks peab olema soovijal keskharidus.
Õppekeskkond	Õpe toimub peamiselt Alar Krautmani Terviseakadeemias või õppeasutuse poolt määratud kohas.
Õppevahendid	Õppijatele on olemas kõik õppetööks vajalik, sh massaažilauad, paberid, linad, rätikud, õlid, desinfitsaatorid, tahvel, projektor, luukere,

	massaažimatid).Õppevahendite kasutus (sh. Konspekt, kuulub õppemaksu sisse).
Õppesisu	Massaaži võtted ja tehnikad; anamneesi võtmine ja kliendi hindamine; hügieen ja ergonoomika; massaažiseansi dokumenteerimine.
Õppemeetodid	Loeng ja praktiline õpe.
Õppematerjalid	Konspekt.
Õppe lõpetamise tingimused	Õpingute lõpetamise eelduseks on osalemine vähemalt 75% tundides ja hindamisülesannete sooritamine vastavalt hindamiskriteeriumitele.
Hindamismeetod	Lähtudes kliendi anamneesist, soovidest ja etteantud ülesandest, teeb õppija klassikalist massaaži, kasutades erinevaid tehnikaid ja võtteid.
Hindamiskriteerium	Õppija omab teadmisi ja räägib kursusel läbitud teemadest; valmistab ette töökoha Klassikalise massaaži läbiviimiseks vastavalt juhendile; rakendab sobivaid tehnikaid, valib sobivad vahendid arvestades näidustusi ja vastunäidustusi; võtab kliendi anamneesi vastavalt klienditeeninduse heale tavale ning arvestab kliendi konfidentsiaalsusega; kasutab sobivat ergonoomikat; valmistab ette ja korrastab töökoha
Koolitaja kvalifikatsioon	Koolitajatel on erialane haridus ja/või töökogemus ning täiskasvanute koolitamise kogemus.