



Täienduskoolitusasutuse nimetus	Rakenduslik Massaaži- ja Teraapiakolledž
Õppekava nimetus	Bukaalne näomassaaž
Õppekavarühm	Teraapia ja taastusravi
Õppekava kood	89.01/25/TÕ
Õppe kogumaht	18 akadeemilist tundi, s.h teoreetiline ja praktiline õpe, millest 16 tundi kontaktõpet ja 2 tundi iseseisvat tööd.
Õppekava koostamise alus	direktori käskkirj
Koolitaja	http://massaaz.ee/et/koolitajad
Kontaktandmed	info@massaaz.ee

Sihtgrupp: isikud, kes soovivad omandada bukaalse näomassaaži tegemise baasteadmised ja -oskused.

Nõuded õpingute alustamiseks: esteetilise näomassaaži koolitus.

Õppe eesmärk: õppija omandab baasteadmised ja -oskused bukaalse näomassaaži tehnikate kasutamiseks, arvestades protseduuri eesmärgi, näidustusi ja vastunäidustusi, hügieeni ja tööohutuse nõudeid ning klienditeeninduse head tava.

Õpiväljundid:

Õppija

- 1) kirjeldab bukaalse näomassaaži tehnikaid ja nende eesmärgi;
- 2) põhjendab bukaalse näomassaaži tehnikate toimeid ja selgitab näidustusi ning vastunäidustusi;
- 3) analüüsib kliendi seisundit ning valib sobivad massaaži tehnikad;
- 4) teeb bukaalset näomassaaži vastavalt koostatud plaanile järgides hügieeni ja tööohutuse nõudeid;
- 5) analüüsib protseduuri mõju kliendile ja vajadusel kohandab näomassaaži tehnikaid arvestades kliendi seisundit.

Õppesisu:

- 1) bukaalse näomassaaži spetsiifika
- 2) näidustused ja vastunäidustused
- 3) bukaalse näomassaaži tehnikad
- 4) näomassaaži skeem
- 5) massaaži plaani koostamine
- 6) töökoht ja töövahendid
- 7) hügieeni ja tööohutuse nõuded.

Õppemeetod/id: teoreetiline ja praktiline õpe (loeng, demonstratsioon, arutelu, praktiline harjutamine, küsitlus, analüüs).

Iseseisev töö: õppija koostab eneseanalüüsi protseduuri teostamise kohta ning hindab selle tulemust. (Juhis: õppija kirjeldab, kuidas protseduur õnnestus, milliseid oskusi kasutas, milliste raskustega kokku puutus ning mida saaks järgmisel korral teha paremini.)

Õppematerjalide loend: bukaalse näomassaaži töövihik

Nõuded õpingute lõpetamiseks, sh hindamismeetodid ja hindamiskriteeriumid:

Hindamismeetod: Praktiline töö – praktilise õppe refleksioon – õppija demonstreerib bukaalse näomassaaži tegemist vastavalt juhendile rakendades teoreetilisi teadmisi ja praktilisi oskuseid.

Hindamiskriteeriumid

1) **Massaažiseansi tehnika korrektsus:**

- Õppija demonstreerib korrektseid bukaalse näomassaaži tehnikaid, järgides juhendit ja kasutades sobivaid massaaživõtteid.

Hindamisel kontrollitakse massaažitehnikate sooritamise täpsust ja sujuvust.

2) **Kliendi seisundi analüüs ja tehnikate valik:**

- Õppija analüüsib kliendi seisundit enne protseduuri alustamist ja valib sobiva massaaži tehnika ja võtete sooritamise tugevuse.

Hindamisel kontrollitakse valitud tehnika vastavust kliendi individuaalsetele vajadustele ja seisundile. Õppija nimetab ja kirjeldab suuliselt valitud näomassaaži tehnikaid ning põhjendab nende valikut lähtudes näidustustest ja vastunäidustustest.

3) **Hügieeni- ja tööohutuse nõuete järgimine:**

- Õppija valmistab ette töökoha ja vahendid massaaži tegemiseks vastavalt juhendile.
- Õppija järgib hügieeni- ja tööohutuse nõudeid kogu seansi vältel.

Hindamisel kontrollitakse töökoha ja vahendite ettevalmistust ja kasutamist, sobivate desinfitseerimisvahendite ja töövõtete kasutamist tagamaks nii enda kui ka kliendi ohutuse.

4) **Klienditeeninduse hea tava:**

- Õppija nõustab ja juhendab klienti edasisteks tegevusteks ning hindab massaaži tulemust.

Hindamisel kontrollitakse kliendi soovide ja vajaduste arvestamist ning klienditeeninduse hea tava järgimist. Õppija toob vähemalt ühe näite oma tegevusest, kus see aitab luua usaldusväärse ja meeldiva kogemuse kliendile, ja põhjendab.

5) **Seansi tulemuslikkus ja kohandamine:**

- Õppija analüüsib protseduuri mõju kliendile ja teeb vajadusel seansi käigus kohandusi, lähtudes kliendi tagasisidest.

Hindamisel kontrollitakse õppija suutlikkust protseduuri tulemusi analüüsida, teha vajadusel muudatusi ja kohandada tehnikaid. Õppija selgitab suuliselt massaaži mõju kliendile, tuues

välja tehtud muudatused ja põhjendades neid. Õppija saab koolitaja poolset tagasisidet omandatud tehnikate sooritamise korrektsuse ja/või parendamise kohta.

Kursuse läbimisel väljastatav dokument: tunnistus – kui õppija on läbinud hindamise ja saavutanud õpiväljundi/d, tõend – kui õppija ei saavutanud õpiväljundit/deid

Õppekeskkonna kirjeldus: õpe toimub RMTK õppeklassis, milles on loodud tingimused antud õppe läbiviimiseks koos kõigi vajalike vahenditega.

Õppevahendid: massaažilaud, käterätikud, jalarull, näohooldus vahendid desinfitseerimisvahend, kummikindad, näomask, ühekordne müts, kätepaber.