



Täienduskoolitusasutuse nimetus	Rakenduslik Massaaži- ja Teraapiakolledž
Õppekava nimetus	Imikute ja väikelaste (kuni 3 eluaastat) ujutamine
Õppekava kood	78.01/24/TÕ
Õppekavarühm	Teraapia ja taastusravi
Õppe kogumaht	8 akadeemilist tundi, s.h teoreetiline ja praktiline õpe. Koolitus toimub kontaktõppe vormis.
Õppekava koostamise alus	Massöör, tase 5 kutsestandard, direktori käskkiri
Koolitaja	http://massaaz.ee/et/koolitajad
Kontaktandmed	info@massaaz.ee

Sihtgrupp: isikud, kes soovivad omandada teadmisi ning oskusi imikute ja väikelaste ujutamisevõtetest ja -tegevustest, et toetada lapse arengut.

Nõuded õpingute alustamiseks: imikute ja väikelaste anatoomia ja füsioloogia, ealise arengu iseärasused.

Õppe eesmärk: õppija omandab teadmised ja oskused imikute ja väikelaste (kuni 3 eluaastani) ujutamistunni planeerimiseks ja läbiviimiseks, lähtudes lapse vajadustest ja arengutasemest, näidustustest ja vastunäidustustest, järgides hügieeni ja tööohutuse nõudeid ning klienditeeninduse head tava.

Õpiväljundid:

Õppija

- 1) kirjeldab imiku/väikelapse ujutamistundide planeerimise ja läbiviimise põhimõtteid lähtudes imiku/väikelapse ealisest arengust ja vajadustest;
- 2) põhjendab ujutamistundide eesmärke, näidustusi ja vastunäidustusi vastavalt imikute ja väikelaste arengule ning seisundile;
- 3) analüüsib imiku/väikelapse seisundit ning valib sobivad ujutamistehnikad;
- 4) viib läbi imiku/väikelapse ujutamistunni, kasutades sobivaid ujutamistehnikaid ja -vahendeid vastavalt koostatud kavale, arvestades hügieeni ja tööohutuse nõudeid;
- 5) analüüsib imiku/väikelapse ujutamistunni tulemusi ja vajadusel kohandab tehnikaid ning juhendab lapsevanemaid imiku/väikelapse füüsilise arengu toetamiseks.

Õppesisu:

- 1) vee füüsikalised omadused
- 2) nõuded ja soovituselised imikute ja väikelaste basseinidele
- 3) ujutamistunni ülesehitus ja ujutamiseõpetuse metoodika
- 4) ujutamise eesmärk ja kasulikkus

- 5) töökoht ja töövahendid
- 6) imikute ja väikelaste ujutamine basseinis
- 7) hügieeni ja tööohutuse nõuded, klienditeeninduse hea tava.

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

Iseseisev töö: puudub.

Õppematerjalide loend:

- 1) ujutamise videod
- 2) imikute ja väikelaste ujutamise konspekt
- 3) tervisekaitsenõuded ujulatele, basseinidele ja veekeskustele (RT I 2007, 26, 149).

Nõuded õpingute lõpetamiseks, sh hindamismeetodid ja hindamiskriteeriumid:

Hindamismeetod: praktiline töö – praktilise õppe refleksioon – õppija demonstreerib imiku ja väikelapse ujutamist vastavalt juhendile, rakendades teoreetilisi teadmisi ja praktilisi oskuseid.

Hindamiskriteeriumid:

1) Teadmiste põhine hindamine:

- Õppija selgitab imiku/väikelapse ujutamistunni planeerimise põhimõtteid ja ülesehitust.
- Õppija kirjeldab peamisi ujutamise tehnikaid ja põhjendab, kuidas need toetavad imiku/väikelapse ealist arengut ja vajadusi.

Hindamisel kontrollitakse, et õppija oskab arvestada ujutamistunni kava koostamisel lapse füüsilise ja vaimse seisundiga ning toob 1-2 näidet, kuidas see on seotud lapse arengu ja vajadustega. Õppija põhjendab suuliselt läbiviidavate harjutuste mõju lapse organismile lähtuvalt lapse arengutasemest.

2) Ujutamistunni läbiviimise korrektsus:

- Õppija demonstreerib korrektset ujutamist, järgides juhendit, kasutades sobivaid tegevusi ja vahendeid ning tagasisidestab lapsevanemale lapse sooritust.
- Õppija oskab valida õiged ujutamise tehnikad, arvestades nii enda kui imiku/väikelapse ja lapsevanema turvalisuse ja mugavusega veekeskkonnas.

Hindamisel kontrollitakse ujutamise tehnikate korrektsust ja sujuvust. Õppija oskab luua sobiva ja mugava keskkonna, et tagada lapse ja lapsevanema turvalisus ning heaolu veekeskkonnas. Õppija suhtleb lastevanematega ja lastega rahulikult ja arusaadavalt, selgitades toimuvat ning andes juhised vastavalt lapse arengule ja vajadustele.

3) Kliendi seisundi analüüs ja tehnikate valik:

- Õppija analüüsib imiku/väikelapse seisundit enne ujutamise alustamist ja valib sobivad harjutused, kohandades neid vajadusel.

Hindamisel kontrollitakse harjutuste vastavust imiku/väikelapse individuaalsetele vajadustele ja seisundile. Õppija suudab tuvastada olukordi, kus ujutamine on näidustatud või vastunäidustatud. Õppija selgitab, kuidas tema valitud harjutused arvestavad imiku/väikelapse vajadustega.

4) Hügieeni- ja tööohutuse nõuete järgimine:

- Õppija järgib hügieeni- ja tööohutuse nõudeid kogu ujutamistunni vältel.

Hindamisel kontrollitakse õppija oskust hinnata korrektset töökoha ja vahendite ettevalmistust ning kasutamist, sobivate desinfitseerimisvahendite ja töövõtete kasutamist tagamaks nii enda kui ka imiku/väikelapse ja lapsevanema ohutuse basseinis ja basseini välisel alal.

5) Klienditeeninduse hea tava:

- Õppija nõustab ja juhendab klienti edasisteks tegevusteks ning hindab harjutuste mõju.

Hindamisel kontrollitakse kliendi soovide ja vajaduste arvestamist ning klienditeeninduse hea tava järgimist. Õppija analüüsib ja põhjendab oma suhtlemisviise, arvestades kliendi tagasisidet ja vajadusi.

6) Seansi tulemuslikkus ja kohandamine:

- Õppija analüüsib ujutamistunni tulemust vastavalt imiku seisundile, arengu tasemele ja vanemate tagasisidele ning teeb vajadusel tunni käigus kohandusi.

Hindamisel vaadeldakse õppija suutlikkust tunni tulemusi analüüsida ja vajadusel harjutusi kohandada vastavalt imiku/väikelapse vajadustele ja arengule. Õppija toob välja ühe konkreetse näite, kuidas ta kohandas tunni kava vastavalt lapse arengutasemele ja/või lapsevanema tagasisidele. Õppija saab koolitaja poolset tagasisidet omandatud teadmiste ja oskuste rakendamise korrektsuse ja/või parendamise kohta.

Koolituse 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. Bassein.

Õppevahendid: bassein, mänguasjad ja ujutamishahendid basseinis, tahvel, arvuti, kirjutuslauad.