



Täienduskoolitusasutuse nimetus	Rakenduslik Massaaži- ja Teraapiakolledž
Õppekava nimetus	Näo-, kaela- ja dekolteepiirkonna esteetiline kinesioteipimine
Õppekavarühm	Teraapia ja taastusravi
Õppekava kood	90.01/25/TÕ
Õppe kogumaht	8 akadeemilist tundi, s.h teoreetiline ja praktiline õpe. Koolitus toimub kontaktõppe vormis.
Õppekava koostamise alus	direktori käskkiri
Koolitaja	http://massaaz.ee/et/koolitajad
Kontaktandmed	info@massaaz.ee

Sihtgrupp: isikud, kes soovivad omandada teadmised ja -oskused näo-, kaela- ja dekolteepiirkonnas kasutatavatest kinesioteipimise tehnikatest.

Nõuded õpingute alustamiseks: teadmised näo anatoomiast, lümfisüsteemi ehitusest ja talitlusest.

Õppe eesmärk: õppija omandab baasteadmised ja -oskused kinesioteipimise tehnikate rakendamises näo-, kaela- ja dekolteepiirkonnas, arvestades protseduuri eesmärke, näidustusi ja vastunäidustusi, hügieeni ja tööohutuse nõudeid ning klienditeeninduse head tava.

Õpiväljundid:

Õppija:

- 1) kirjeldab näo-, kaela- ja dekolteepiirkonnas kasutatavaid kinesioteipimise tehnikaid ja nende eesmärke;
- 2) põhjendab näo-, kaela- ja dekolteepiirkonna kinesioteipimise tehnikate toimeid ning selgitab näidustusi ja vastunäidustusi;
- 3) teostab näo-, kaela- ja dekolteepiirkonna kinesioteipimist vastavalt juhendile järgides hügieeni ja tööohutuse nõudeid;
- 4) analüüsib kinesioteipimise tulemust ja vajadusel kohandab tehnikaid arvestades kliendi seisundit.

Õppesisu:

- 1) kinesioteibid ja nende omadused
- 2) teipimise põhjendus, kasutusvõimalused
- 3) näidustused ja vastunäidustused
- 4) töökoha ettevalmistamine ja töövahendid
- 5) anamneesi kogumine
- 6) kinesioteipimise tehnikad näo-, kaela- ja dekolteepiirkonnas

- 7) organismi võimalikud vastureaktsioonid (allergia, nahaärritus jne)
- 8) teipimisjärgsed soovitusel kliendile
- 9) hügieeni ja tööohutuse nõuded.

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

Iseseisev töö: puudub.

Õppematerjalide loend: koolitaja poolt koostatud konspekt.

Soovituslikud kirjandusallikad:

- 1) K-Taping: An Illustrated Guide - Basics - Techniques - Indications Paperback. B. Kumbrink. 2012.

Nõuded õpingute lõpetamiseks, sh hindamismeetodid ja hindamiskriteeriumid:

Hindamismeetodid. Praktiline töö – praktilise õppe refleksioon – õppija demonstreerib kinesioteipimise tehnikate kasutamist näo-, kaela- ja dekolteepiirkonnas vastavalt juhendile, rakendades teoreetilisi teadmisi ja praktilisi oskuseid.

Hindamiskriteeriumid:

1) Teadmiste põhine hindamine

- Õppija kirjeldab teibi omadusi ja kinesioteipimise kasutusvõimalusi näo-, kaela- ja dekolteepiirkonnas, põhjendab toimimise põhimõtteid.

Hindamisel kontrollitakse, et õppija esitab selge ja arusaadava suulise seletuse teibi omadustest, tuues 2-3 näidet, miks ja millistel juhtudel kinesioteipimist kasutatakse.

2) Protseduuri tehnika korrektsus

- Õppija demonstreerib korrektseid kinesioteipimise tehnikaid, järgides juhendit ja kasutades sobivat teipi ja õiget aplikatsiooni.

Hindamisel kontrollitakse aplikatsiooni teostust ja tehnikate sooritamise täpsust ning korrektsust.

3) Kliendi seisundi analüüs ja tehnika valik:

- Õppija analüüsib kliendi seisundit enne protseduuri alustamist ja valib sobiva kinesioteipimise tehnika ja vahendid.

Hindamisel kontrollitakse valitud meetodi vastavust kliendi individuaalsetele vajadustele ja protseduuri eesmärgile. Õppija kirjeldab suuliselt valitud teipimise tehnikat ja selleks sobivat aplikatsiooni ning põhjendab nende valikut lähtudes näidustustest ja vastunäidustustest.

4) Hügieeni- ja tööohutuse nõuete järgimine:

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

Hindamisel kontrollitakse sobivate desinfitseerimisvahendite ja töövõtete kasutamist tagamaks nii enda kui ka kliendi ohutuse.

5) Klienditeeninduse head tavad:

- 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.

6) Protseduuri tulemuslikkus ja kohandamine:

- Õppija analüüsib kinesioteipimise tulemust vastavalt protseduuri eesmärgile ning teeb vajadusel kohandusi.

Hindamisel kontrollitakse õppija suutlikkust protseduuri tulemusi analüüsida, teha vajadusel muudatusi ja kohandada tehnikaid. Õppija selgitab suuliselt teostatud protseduuri mõju kliendile, tuues välja tehtud muudatused ja põhjendades neid. Õppija saab koolitaja poolset tagasisidet omandatud tehnikate sooritamise 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 Tallinnas, RMTK õppeklassis, milles on loodud tingimused antud õppe läbiviimiseks koos kõigi vajalike vahenditega.

Õppevahendid: kinesioteip, näoteip, cross teip, käärid, massaažilaud, käterätikud, jalarull, desinfitseerimisvahend, kätepaber, tahvel.