

# Kosmeetiku õppekava

Õppekavade rühm: Juuksuritöö ja iluteenindus

**NB! Õpingute alustamise tingimuseks on keskhariduse olemasolu.**

## Programm 1

1. Teadmised anatoomiast ja füsioloogiast
2. Teadmised üldkosmetoloogiast
3. Seadmed
4. Näonaha analüüsimine
5. Näidustused ja vastunäidustused protseduurideks
6. Näonaha puhastus: etapid, võtted ja vahendid
7. Näonaha koorimine: etapid, võtted ja vahendid
8. Aparaadihooldus
9. Kosmeetiline massaaž
10. Naha rahustamine, toniseerimine, niisutamine, pinguldamine: meetodid ja vahendid
11. Maskid: valikukriteeriumid; pealekandmise ja eemaldamise võtted
12. Kreemid: valik ja kasutamine vastavalt naha vajadusele ja tüübile
13. Kehahooldus
14. Maniküür, pediküür
15. Klienditeenindus

**Õppekava maht:** 500 akadeemilist tundi, millest 150 on auditoorsed, 250 praktilised kooli keskkonnas ja 100 iseseisev töö.

**Õppekeskkond:** õpperuumides on kosmeetikasalongi sisustus nõutava mööbli ja seadmetega: kosmeetikutoolid, valamud, leotamisnõud, kuivatuslambid, aparaadid jms. Õppe käigus kasutatavad kulumaterjalid (kreemid, toonikud, maskimaterjalid, hooldusvahendid jms) on tasuta. Õppegrupis on kuni 5 inimest.

**Koolitajad** omavad kutseharidust või erialast koolitust, pikaajalist töökogemust ja täiskasvanute koolitamise kogemust.

**Väljundid:** koolituse edukalt läbinu oskab puhastada, koorida, masseerida ja hooldada näonaha, kaela ja dekoltee piirkonda vastavalt näonaha tüübile, teostada käte-, jalgade- ja kehahooldust ning kasutada selleks sobivaid võtteid, vahendeid ja tooteid

**Hindamismeetod:** arvestus teoorias, praktiliste tööde vaatlus.