

Kosmeetilise massaaži õppekava

Õppekavade rühm: Juuksuritöö ja iluteenindus

NB! Õpingute alustamise tingimuseks on arvestus anatoomia ja füsioloogia tundmises

1. Algteadmised üldkosmetoloogiast
2. Näonaha analüüsimine
3. Massaaži mõju, näidustused ja vastunäidustused
4. Näonaha puhastus: etapid, võtted ja vahendid
5. Kosmeetilise massaaži võtted ja meetodid
6. Põhivõtete praktiline viimistlemine ning massaaži lisavõtted
7. Naha rahustamine, toniseerimine, niisutamine, pinguldamine: meetodid ja vahendid

Õppekava maht: 30 akadeemilist tundi, millest 5 on auditoorsed, 25 praktilised kooli keskkonnas, iseseisvat tööd ei ole.

Õppekeskkond: õpperuumides on massaažisalongi sisustus nõutava mööbli ja seadmetega: massaažilaud, matt, aparaadid, kivid, rullid, rätikud, õppe käigus kasutatavad kulumaterjalid – õlid, kreemid, paber jms. Õppegrupis on kuni 5 inimest.

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

Väljundid: koolituse edukalt läbinu oskab teostada kosmeetilist massaaži kaela ja dekoltee piirkonnale vastavalt naha tüübile, kasutades selleks sobivaid võtteid, vahendeid ja tooteid

Hindamismeetod: teooria arvestus, praktiliste tööde vaatlus.