

<b>MASSÖÖR, TASE 5 STATIONAARSE ÕPPE ÕPPEKAVA MOODULITE RAKENDUSKAVAD</b>			
<b>PÕHIÕPINGUTE MOODULID</b>			
Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
<b>1</b>	<b>Ravimassaaži alused</b>	<b>24</b>	<b>Aleksandra Josiptšuk</b>
Eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane omandab teadmised ja hoiakud massaažiprotseduuri läbi viimiseks.		
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad.		
Mooduli hindamine ja hindamismeetodid	Moodul hinnatakse eristavalt. Hindamismeetodid: kirjalik töö, suuline esitus, situatsioonülesande lahendamine. Hindamisülesanded: 1. Struktureeritud kirjalik töö. 2. Situatsioonülesanne: õpilane kirjeldab vastavalt ülesandele inimest kui tervikut, massaaži tegemise võimalusi ja protseduuri läbiviimisele esitatavaid nõudeid valdkonda reguleerivast seadusandlusest ja kutse-eetika põhimõtetest lähtuvalt.		
<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>		
Õpilane: 1) mõistab massaažiteenuse osutamisel kehtestatud nõudeid lähtudes valdkonda reguleerivast seadusandlusest ja kutse-eetika põhimõtetest;	Õpilane: 1) nimetab vastavalt ülesandele massööri tegevust reguleerivaid õigusakte, leiab need andmebaasidest ja selgitab nende rakendamist massööri töös korrektset erialast terminoloogiat kasutades; 2) kirjeldab vastavalt ülesandele kutse-eetilist käitumist multikultuurset keskkonnas;		
2) teab inimorganismi ülesehitust, füsioloogilisi ja patoloogilisi protsesse, mõistab inimkeha liigutus-tegevuse biomehaanikat ning mootorika juhtimise põhiprintsiipe;	3) kirjeldab vastavalt ülesandele inimese anatoomilist ehitust, füsioloogilisi ja patoloogilisi protsesse kasutades erialast terminoloogiat; 4) selgitab inimese liigutus-tegevuse biomehaanika ja mootorika juhtimise põhiprintsiipe;		
5) teab massaaži-protseduuri kulgu mõjutavaid haigusi ja nende puhul kasutatavate ravimite mõju protseduuri läbi-	4) selgitab vastavalt ülesandele massaaži tegemist mõjutavaid terviseriske (haigused, kasutatavad ravimid);		

viimisel;		
4) mõistab tervisliku toitumise tähtsust ning põhimõtteid;	5) hindab vastavalt ülesandele inimese toitumiskava ja annab tervisliku toitumise põhimõtetest lähtuvaid soovitusi selle korrigeerimiseks arvestades kliendi tervislikku seisundit ning kultuurilisi tõekspidamisi;	
6) annab esmaabi haigusseisundite, õnnetusjuhtumite ja traumade korral, kutsub abi ja elustab kliinilisest surmast.	6) demonstreerib vastavalt ülesandele esmaabi andmist eluohtlike seisundite, traumade ja õnnetusjuhtumite korral.	
Õppetöö vormid ja meetodid	Tõhustatud loeng e-toega, seminar, praktikum, e-õpe, iseseisev töö, loeng, vaatlus, selgitus, arutelu, vaatlus, infootsing.	
<b>Teemad ja alateemad</b>		
MA15-001	<b>Teema 1. Anatoomia-füsioloogia-patoloogia.</b> 1.1. Erialane terminoloogia. 1.2. Luud ja luude ühendid. 1.3. Lihased. 1.4. Funktsionaalne anatoomia. 1.5. Südame-veresoonkond. 1.6. Hingamiselundkond. 1.7. Seedeelundid. 1.8. Kuse- ja suguelundid, endokriinsüsteem. 1.9. Närvisüsteem. 1.10. Meeleelundid. 1.11. Katteelundid.	<b>9 EKAP</b> 234 tundi kontaktõpe (edaspidi KÕ) 120 t, iseseisev töö (edaspidi IT) 114 t
MA15-002	<b>Teema 2. Kinesioloogia.</b> 2.1. Tasapinnad ja teljed, liigutused nendes. 2.2. Lihaste erinevad rollid. 2.3. Luukangid – nende tööpõhimõtted inimkehas. 2.4. Motoorika juhtimine.	<b>3 EKAP</b> 78 tundi (KÕ 40 t, IT 38 t)
MA15-003	<b>Teema 3. Haigusõpetus.</b> 3.1. Sisehaigused (sh hingamiselund-konna, südame-veresoonkonna, seedeelundkonna, erituselundkonna (k.a suguelundkonna) haigused). 3.2. Traumad ja ortopeedilised haigused. 3.3. Neuroloogilised haigused. 3.4. Nakkushaigused. 3.5. Lastehaigused.	<b>5 EKAP</b> 130 tundi (KÕ 70 t, IT 60 t)
MA15-004	<b>Teema 4. Ravimioõpetuse alused.</b> 4.1. Ravimite erinevad vormid. 4.2. Enamkasutatavad ravimid (massaažipõhised, mille puhul võib esineda vastunäidustusi massaažiks. 4.3. Ravimite kasutusjuhised ja toimed.	<b>1,5 EKAP</b> 39 tundi (KÕ 20 t, IT 19 t)
MA15-005	<b>Teema 5. Esmaabi.</b> 5.1. Elupäästva ja jätkuva esmaabi andmise põhimõtted. 5.2. Kannatanu uurimine, seisundi hindamine ja tegevus õnnetuspaigal. 5.3. Elulised näitajad, nende mõõtmine. 5.4. Eluohtlikud haigusseisundid. Infarkt. Insult. 5.5. Teadvusetus. Diabeet. Epilepsia. Äge kõht. Lämpumine.	<b>1 EKAP</b> 26 tundi (KÕ 16 t, IT 10 t)

	5.6. Allergia. Šokk. 5.7. Luumurrud. 5.8. Traumad, verejooksud. 5.9. Ravimimürgistus. 5.10. Kliiniline surm. Elustamine mannekeenil.	
MA15-006	<b>Teema 6. Rehabilitatsiooni alused (sh seadusandlus).</b> 6.1. Terminoloogia. Rehabilitatsiooni jagunemine tegevusvaldkondade järgi. 6.2. Rehabilitatsiooni vajaduse ja võimaluste määramine. 6.3. Meditsiiniline rehabilitatsioon. Individuaalne rehabilitatsiooniplaan. 6.4. Sotsiaalhoolekande- ja tervishoiusüsteem Eestis.	<b>2 EKAP</b> 52 tundi (KÕ 26 t, IT 26 t)
MA15-007	<b>Teema 7. Toitumisõpetuse alused.</b> 7.1. Tervisliku toitumise alused. 7.2. Söömishäired. 7.3. Toitumine erinevates kultuurides.	<b>1,5 EKAP</b> 39 tundi (KÕ 20 t, IT 19 t)
MA15-008	<b>Teema 8. Kutse-eetiline käitumine.</b> 8.1. Eetika põhimõisted. 8.2. Käitumise moraalne iseloom. 8.3. Kutse-eetika põhiprintsiibid. Meditsiini-eetika, protseduuri-eetika.	<b>0,5 EKAP</b> 13 tundi (KÕ 10 t, IT X3 t)
MA15-009	<b>Teema 9. Usundiõpetus.</b> 9.1. Religioon, kultuur, inimene. 9.2. Usundid. 9.3. Religioon, massöör, patsient.	<b>0,5 EKAP</b> 13 tundi (KÕ 10 t, IT 3 t)

### HINDAMINE

1. õpiväljund: Õpilane mõistab/kirjeldab massaažiteenuse osutamisel kehtestatud nõudeid lähtudes valdkoda reguleerivast seadusandlusest ja kutse-eetika põhimõtetest.

Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).

Õpilane:

- 1) nimetab vastavalt ülesandele massööri tegevust reguleerivaid õigusakte, leiab need andmebaasidest ja selgitab nende rakendamist massööri töös korrektset erialast terminoloogiat kasutades;
- 2) kirjeldab vastavalt ülesandele kutse-eetilist käitumist multikultuurises keskkonnas.

2. õpiväljund: Õpilane teab inimorganismi ülesehitust, füsioloogilisi ja patoloogilisi protsesse, mõistab inimkeha liigutustegevuse biomehaanikat ning mootorika juhtimise põhiprintsiipe.

Hindamiskriteeriumid	Hindekriteeriumid		
	hinne „3“	hinne „4“	hinne „5“
Õpilane kirjeldab vastavalt ülesandele inimese anatoomilist ehitust, füsioloogilisi ja patoloogilisi protsesse ja selgitab inimese liigutustegevuse biomehaanika ja mootorika juhtimise põhiprintsiipe kasutades erialast terminoloogiat.	Õpilane kirjeldab vastavalt ülesandele inimese anatoomilist ehitust, füsioloogilisi ja patoloogilisi protsesse ja selgitab inimese liigutustegevuse biomehaanika ja mootorika juhtimise põhiprintsiipe kasutades erialast	Õpilane kirjeldab vastavalt ülesandele inimese anatoomilist ehitust, füsioloogilisi ja patoloogilisi protsesse ja seostab inimese liigutustegevuse biomehaanika ja mootorika juhtimise põhiprintsiipidega kasutades erialast terminoloogiat.	Õpilane kirjeldab vastavalt ülesandele inimese anatoomilist ehitust, füsioloogilisi ja patoloogilisi protsesse, seostab inimese liigutustegevust biomehaanika ja mootorika juhtimise põhiprintsiipidega ja analüüsib liigutustegevuse

	terminoloogiat.		düsfunksioone kasutades erialast terminoloogiat.
3. õpiväljund: teab massaažiprotseduuri kulgu mõjutavaid haigusi ja nende puhul kasutatavate ravimite mõju protseduuri tegemisele.			
Hindamiskriteeriumid	Hindamiskriteeriumid		
	hinne „3“	hinne „4“	hinne „5“
Õpilane hindab vastavalt ülesandele massaaži tegemist mõjutavaid terviseriske lähtudes näidustustest ja vastunäidustustest.	Õpilane hindab vastavalt ülesandele massaaži tegemist mõjutavaid terviseriske lähtudes näidustustest ja vastunäidustustest.	Õpilane põhjendab vastavalt ülesandele massaaživõtete valikut arvestades tervislikust seisundist ning ravimite tarbimisest tulenevaid näidustusi ja vastunäidustusi.	Õpilane analüüsib vastavalt ülesandele massaaživõtete sobivust arvestades tervislikust seisundist ning ravimite tarbimisest tulenevaid näidustusi ja vastunäidustusi.
4. õpiväljund: Õpilane mõistab tervisliku toitumise tähtsust ning põhimõtteid.			
Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).			
Õpilane hindab vastavalt ülesandele inimese toitumiskava ja annab tervisliku toitumise põhimõtetest lähtuvaid soovitusi selle korrigeerimiseks arvestades kliendi tervislikku seisundit ning kultuurilisi tõekspidamisi.			
5. õpiväljund: Õpilane annab esmaabi haigusseisundite, õnnetusjuhtumite ja traumade korral, kutsuabi ja elustab kliinilisest surmast.			
Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).			
Õpilane demonstreerib vastavalt ülesandele esmaabi andmist eluohtlike seisundite, traumade ja õnnetusjuhtumite korral.			
<b>Õppematerjalid</b>			
<b>Teema 1. Anatoomia-füsioloogia-patoloogia.</b>			
Kendall, F.P., Kendall McCreary, E., Provance, P.G., McIntyre Rodgers, M., Romani, W.A. (2005). Muscle testing and function with posture and pain. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.			
Lepp, A. (2013). Inimese anatoomia . I osa, liikumisaparaat, siseelundid. Tartu: Tartu Ülikool.			
Magee, D.J. (2014) Orthopedic physical assessment. St. Louis: Elsevier.			
Middleditch, A., Oliver, J. (2005). Functional anatomy of spine. New York: Elsevier			
Muscolino, J. (2006). Kinesiology: the skeletal system and muscle function. St. Louis: Mosby.			
Nienstedt, W., Hänninen, O., Arstila, A. Björkqist, S.-E. (2001). Inimese füsioloogia ja anatoomia. Medicina AS.			
Parm, Ü. (2003). Lühiülevaade üldpatoloogilistest protsessidest. Härmametsa Talu kirjastus.			
Schmidt, R.F, Thews G. (1997). Inimese füsioloogia. Tartu, TÜ Füsioloogia Instituut.			
<b>Teema 2. Kinesioloogia.</b>			
Muscolino, J.E. (2006). Kinesiology: the Skeletal System and Muscle Function. St. Louis, Mosby.			
Muscolino, J E. (2005). The Muscular System Manual: the Skeletal Muscles of the Human Body. St. Louis, Mosby.			
Pääsuke, M., Ereline, J. (2001). Inimese liikumise biomehaanika. Tartu: Tartu Ülikool.			
Pääsuke, M. (1996). Inimese liikumisaparaadi biomehaanika. Tartu: Atlex.			
Pääsuke, M. (1997). Motoorika juhtimine. Tartu: Atlex.			
<b>Teema 3. Haigusõpetus.</b>			
Mustajoki, P., Saha, H., Sane, T., Ross, E. (Toim.) (2005). Haige uurimine. Tallinn: Medicina.			
Parm, Ü., Parv, V. (2002). Nakkushaigused. Tartu Meditsiinikool. Härmametsa Talu kirjastus.			
Jaanson, T. (1996). Sisehaigused. Käsiraamat õdedele. Tartu: Tartu Meditsiinikool.			

Kivelä, A., Kettunen, R., Parikka, H., Yli-Mäyry, S. (Toim.) (2010). Südamehaigused. Tallinn: Medicina.

Birkenfeldt, R., Haviko, T., Kallikorm, R., Päi, L., Veinpalu. (2000). Reumatoloogia. Tallinn, Medicina.

Herold, G. jt. (1999). Sisehaigused. Loengutele orienteeritud käsitlus. Tallinn: K. Väärt

Arula, T., Linn, E., Paal, K. (2005) Lapsee iseärasused. Tartu: Härmametsa Talu.

Kallas, E., Uibo, O., Talvik, T. (1999). Lapse uurimise põhitõed I. Tartu: Atlex.

Zaidat, O.O., Lerner, A.J. (2004). Neuroloogia taskuraamat. Tallinn: Medicina.

Seeder, J. (1995). Skeletisüsteemi ülekoormushaigused ja spordivigastused. Tallinn: Medicina.

**Teema 4. Ravimiõpetuse alused.**

Allikmets, L. Nurmand, L. (1998). Compendium Pharmacologicum. Tartu: Tartu Ülikool

Hardman, J.G., Limbird, L.E. (Toim.) (2001). Goodman & Gilman's The Pharmacological Basis of Therapeutics. NewYork: McGraw-Hill.

**Teema 5. Esmaabi.**

Kutsar, K. (1997). Õnnetused ja esmaabi. Tallinn: Valgus.

Laas, M., Leito, H., Lukanok, A., Martinson, M., Liikjärv, M.-A., Sander, V., Sau, L., Uibo, K. (1995). Lapse esmaabi ABC. Tallinn: AS Koge.

Liiger, M., Levit, M. (2001). Esmaabi käsiraamat. Rahvakoolitus elu.

Adlas, R. (2008). Esmaabi käsiraamat. AS Medicina. Tallinn.

**Teema 6. Rehabilitatsiooni alused.**

Rehabilitatsiooniteenus. <http://www.sotsiaalkindlustusamet.ee/rehabilitatsiooniteenus-5/>

Sotsiaalhoolekande seadus, redaktsiooni kehtivusaeg 01.07.2015 kuni 31.12.2015, otsing: [https://www.riigiteataja.ee/tervikeksti\\_otsing.html](https://www.riigiteataja.ee/tervikeksti_otsing.html)

Tervishoiuteenuste korraldamise seadus, redaktsiooni kehtivusaeg 01.03.2015 kuni 31.12.2015, otsing: [https://www.riigiteataja.ee/tervikeksti\\_otsing.html](https://www.riigiteataja.ee/tervikeksti_otsing.html)

Massööri kutsestandard, tase 5

<http://www.kutsekoda.ee/et/kutseregister/kutsestandardid/10470143/pdf/massoor-tase-5.5.et.pdf>

**Teema 7. Toitumisõpetuse alused.**

Karik, H., Kuiv, K., Pappel, K. (1995). Valitud peatükke toitumisõpetusest. Tallinn:Tallinna Pedagoogikaukool, Loodusteaduste osakond.

Kiisk, L. (2003). Ravitoitlustamine. Tartu: Tartumaa Trükoda.

Teesalu, S. (2006). Toitumine tõhusalt ja individuaalselt igas eas. Tartu: OÜ Telit.

Vaask, S., Liebert, T., Maser, M., Pappel, K., Pitsi, T., Saava, M., Sooba, E., Vihalemm,T., Villa, I. (koost.) (2006). Eesti toitumis-ja toidusoovitused. Tallinn: Tervise Arengu Instituut, Eesti Toitumisteaduse Selts.

Kalbri, L.(2007).Toitumisõpetus. Tallinn: Ilo.

**Teema 8. Kutse-eeiline käitumine.**

Laanemäe, A. (2000). Eetika alused. Tallinn: Tallina Tehnikülikooli Kirjastus.

Eetika meditsiini argipäev. (2002). Koostanud D.v. Engelhardt. Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus.

Euroopa Patsientide õiguste harta. (2004). Kommentaare ja sätteid patsientide õiguste kohta Eestis. Tallinn: Eesti Patsientide Esindusühing.

**Teema 9. Usundiõpetus.**

Bowker, J. (2005). Religioonide ajalugu. Tallinn: Pegasus.

Bowker, J. (2004). Maaailma usundid. Tallinn: Varrak.

Mauranen, M.L. (1990). Leeriõpik Nr.1. Maaailma usundid. Keuruu: Otava.

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
2	Massaaž	31	Aleksandra Josiptšuk

Eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane omandab oskused massaaži tegemiseks kliendile tema individuaalsust arvestades.
Nõuded mooduli alustamiseks	Moodul „Massaaži alused“ läbimisel.
Mooduli hindamine ja hindamismeetodid	Moodul hinnatakse eristavalt. Hindamismeetodid: struktureeritud kirjalik töö, suuline esitus, situatsioonülesande lahendamine, demonstratsioon. Hindamisülesanne: õpilane hindab vastavalt ülesandele kliendi seisundit, põhjendab massaaži liigi ja võtete valikut ning demonstreerib massaažiprotseduuri tegemist hügieeni ja ergonoomika nõudeid rakendades.
<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>
Õpilane: 1) hindab kliendi seisundit sobivaid meetodeid kasutades ning dokumenteerib hindamistulemused lähtudes valdkonda reguleerivatest õigusaktidest;	Õpilane: 1) demonstreerib vastavalt ülesandele kliendi seisundi hindamist ja tulemuste dokumenteerimist;
2) Valmistab massaaži liigist sõltuvalt ette massaaži kabineti ja töövahendid lähtudes, hügieeni, tervisekaitse ja ergonoomika nõuetest.	2) demonstreerib vastavat ülesandele massaažikabineti ettevalmistamist ja töövahendite valimist hügieeni, tervisekaitse ja ergonoomika nõuetest lähtuvalt;
3) Demonstreerib klassikalise massaaži protseduuri läbi viimist arvestades selle mõju organsüsteemidele, näidustusi ning vastunäidustusi.	3) selgitab vastavalt ülesandele klassikalise massaaži üldist mõju erinevatele organsüsteemidele, näidustusi ja vastunäidustusi; 4) demonstreerib vastavalt ülesandele klassikalise massaaži võtteid tervisekaitse, ergonoomika ja kutse-eeetika põhimõtteid järgides;
4) Demonstreerib eesmärgipärase ravimassaaži protseduuri läbi viimist lähtudes kliendi tervislikust seisundist.	5) kirjeldab vastavalt ülesandele massaaži näidustusi ja vastu-näidustusi erinevate haigusseisundite ja funktsioonihäirete korral ning demonstreerib ravimassaaži (sh segmentmassaaži) tegemist;
5) Rakendab lümfimassaaži põhivõtteid.	6) selgitab vastavalt ülesandele lümfimassaaži tegemise põhiprintsiipe ja demonstreerib lümfimassaaži põhivõtteid;
6) Rakendab ravimassaaži toetavaid meetodeid.	7) demonstreerib vastavalt ülesandele ravimassaaži toetavaid ravimeetodeid ning põhjendab oma valikut lähtudes näidustustest ja patsiendi tervislikust seisundist;
7) Rakendab spordimassaaži	8) selgitab vastavalt ülesandele massööri rolli sportlase toetamisel ja demonstreerib vastavalt ülesandele spordimassaaži tegemist

põhivõtteid, mõistab massööri rolli spordis, rakendab sportlase masseerimisel spordiala-spetsiifilist lähenemist.	spordialaspetsiifiliselt ja eesmärgipäraselt;	
8) Teeb massaaži lastele.	9) selgitab vastavalt ülesandele peamisi näidustusi ja vastunäidustusi lapse masseerimiseks ja demonstreerib lapse masseerimist tema individuaalsust arvestades.	
Õppetöö vormid ja meetodid	Tõhustatud e-toega loeng, seminar, praktikum, e-õpe, iseseisev töö, loeng, selgitus, arutelu, vaatlus, harjutamine, rühmatöö, demonstratsioon.	
<b>Teemad ja alateemad</b>		
MA15-010	<b>Teema 1. Kliendi seisundi hindamine.</b> 1.1. Anamnees. 1.2. Tegevuslikkuse hindamine. 1.3. Rühi hindamine. 1.4. Kõnni hindamine. 1.5. Liigesliikuvuse hindamine. 1.6. Manuaalne lihastestimine. 1.7. Ortopeedilised testid. 1.8. Lapse hindamine.	<b>5 EKAP</b> 130 tundi (KÕ 70 t, IT 60 t)
MA15-011	<b>Teema 2. Klassikaline massaaž.</b> 2.1. Massaaži ajalugu. 2.2. Massaaži üldine mõju erinevatele organsüsteemidele. 2.3. Massaaživõtete rühmad. 2.4. Massaaživõtete mõju. 2.5. Massööri ja kliendi ohutus- ning hügieeninõuded (sh a- ja antiseptika, massaaži näidustused/vastunäidustused). 2.6. Massaaži tarvikud (lauad, õlid, rätikud). 2.7. Massaažikabineti ettevalmistus. 2.8. Massööri ergonoomika. 2.9. Massaaži tegemise põhiprintsiibid. 2.10. Klassikalise massaaži tegemine (selg, õlavööde, kael, ülajäsemed, tuharad, alajäsemed).	<b>10 EKAP</b> 260 tundi: (KÕ 130 t, IT 130 t)
MA15-012	<b>Teema 3. Ravimassaaž.</b> 3.1. Massaaži näidustused erinevate haigusseisundite korral. 3.2. Massaaži vastunäidustused erinevate haigusseisundite korral. 3.3. Kohandatud massaaž (sh kliendi asendid). 3.4. Segmentmassaaž.	<b>7 EKAP</b> 182 tundi: (KÕ 142 t, IT 140 t)
MA15-013	<b>Teema 4. Lümfimassaaži alused.</b> 4.1. Lümfimassaaži teooria. 4.2. Lümfimassaaži näidustused. 4.3. Lümfimassaaži praktiline teostus.	<b>2 EKAP</b> 52 tundi (KÕ 30 t, IT 22 t)
MA15-014	<b>Teema 5. Ravimassaaži toetavad meetodid.</b> 5.1. Pehmekoetraapiad. 5.2. Liigesmobilisatsioonide põhiprintsiibid.	<b>2 EKAP</b> 52 tundi (KÕ 30 t, IT 22 t)
MA15-015	<b>Teema 6. Spordimassaaž.</b> 6.1. Massööri roll spordimeeskonna juures. 6.2. Massaaži osa spordis.	<b>2 EKAP</b> 52 tundi (KÕ 30 t,

	6.3. Spordialaspetsiifiline lähenemine.	IT 22 t)	
MA15-016	<b>Teema 7. Lastemassaaž.</b> 7.1. Lapse areng. 7.2. Näidustused lastemassaažiks. Peamised terviseseisundid, mille puhul on massaaži näidustatud. 7.3. Lastemassaaži eripära. 7.4. Imiku massaaž. 7.5. Väikelapse massaaž.	<b>3 EKAP</b> 78 tundi: (KÕ 40 t, IT 38t)	
<b>HINDAMINE</b>			
1. õpiväljund: Õpilane hindab kliendi seisundit sobivaid meetodeid kasutades ning dokumenteerib hindamistulemused lähtudes valdkonda reguleerivatest õigusaktidest.			
Hindamiskriteeriumid	Hindekriteeriumid		
	hinne „3“	hinne „4“	hinne „5“
Õpilane demonstreerib vastavalt ülesandele kliendi seisundi hindamist ja tulemuste dokumenteerimist.	Õpilane demonstreerib vastavalt ülesandele kliendi seisundi hindamist ja tulemuste dokumenteerimist.	Õpilane demonstreerib vastavalt ülesandele kliendi seisundi hindamist, põhjendab hindamismeetodite valikut ja dokumenteerib hindamistulemused seadusandlusest tulenevatele nõuetele vastavalt.	Õpilane demonstreerib vastavalt ülesandele kliendi seisundi hindamist, põhjendab hindamis-meetodite valikut ning analüüsib nende sobivust, dokumenteerib hindamis-tulemused seadusandlusest tulenevatele nõuetele vastavalt.
2. õpiväljund: Õpilane valmistab massaaži liigist sõltuvalt ette massaaži kabineti ja töövahendid lähtudes hügieeni, tervisekaitse ja ergonoomika nõuetest.			
Hindamiskriteeriumid	Hindekriteeriumid		
	hinne „3“	hinne „4“	hinne „5“
Õpilane demonstreerib vastavat ülesandele massaažikabineti ettevalmistamist ja töövahendite valimist hügieeni, tervisekaitse ja ergonoomika nõuetest lähtuvalt.	Õpilane demonstreerib vastavat ülesandele massaaži-kabineti ettevalmistamist ja töövahendite valimist hügieeni, tervisekaitse ja ergonoomika nõuetest lähtuvalt.	Õpilane demonstreerib vastavat ülesandele massaažikabineti ettevalmistamist, põhjendab töövahendite valimist massaaži liigist lähtuvalt, hügieeni, tervisekaitse ja ergonoomika nõudeid arvestades.	Õpilane demonstreerib vastavat ülesandele massaažikabineti ettevalmistamist, analüüsib töövahendite valimist massaaži liigist ja kliendi seisundist lähtuvalt, hügieeni, tervisekaitse ja ergonoomika nõudeid arvestades.
3. õpiväljund: Õpilane demonstreerib klassikalise massaaži protseduuri läbi viimist arvestades selle mõju organsüsteemidele, näidustusi ning vastunäidustusi.			
Hindamiskriteeriumid	Hindekriteeriumid		
	hinne „3“	hinne „4“	hinne „5“
Õpilane: 1) selgitab vastavalt ülesandele klassikalise massaaži üldist mõju erinevatele organsüsteemidele,	Õpilane: 1) selgitab vastavalt ülesandele klassikalise massaaži üldist mõju erinevatele organ-	Õpilane: 1) selgitab vastavalt ülesandele klassikalise massaaži üldist mõju erinevatele organsüsteemidele	Õpilane: 1) selgitab vastavalt ülesandele klassikalise massaaži üldist mõju erinevatele organsüsteemidele



<p>näidustusi ja vastunäidustusi;</p> <p>2) demonstreerib vastavalt ülesandele klassikalise massaaži võtteid tervisekaitse, ergonoomika ja kutse-eetika põhimõtteid järgides.</p>	<p>süsteemidele, näidustusi ja vastunäidustusi;</p> <p>2) demonstreerib vastavalt ülesandele klassikalise massaaži võtteid tervisekaitse, ergonoomika ja kutse-eetika põhimõtteid järgides.</p>	<p>kliendi seisundit arvestades, toob välja näidustused ja vastunäidustused;</p> <p>2) demonstreerib vastavalt ülesandele klassikalise massaaži võtteid tervisekaitse, ergonoomika ja kutse-eetika põhimõtteid järgides ning põhjendab nende kasutamist.</p>	<p>kliendi seisundit arvestades, toob välja näidustused ja vastu-näidustused.</p> <p>2) demonstreerib vastavalt ülesandele klassikalise massaaži võtteid tervisekaitse, ergonoomika ja kutse-eetika põhimõtteid järgides ning analüüsib nende sobivust.</p>
<p>4. õpiväljund: Õpilane demonstreerib eesmärgipärase ravimassaaži protseduuri läbiviimist lähtudes kliendi tervislikust seisundist.</p>			
Hindamiskriteeriumid	Hindekriteeriumid		
	hinne „3“	hinne „4“	hinne „5“
<p>Õpilane kirjeldab vastavalt ülesandele massaaži näidustusi ja vastunäidustusi erinevate haigusseisundite ja funktsioonihäirete korral ning demonstreerib ravimassaaži (sh segmentmassaaži) tegemist.</p>	<p>Õpilane kirjeldab vastavalt ülesandele massaaži näidustusi ja vastunäidustusi erinevate haigusseisundite ja funktsiooni-häirete korral ning demonstreerib ravimassaaži (sh segment-massaaži) tegemist.</p>	<p>Õpilane kirjeldab vastavalt ülesandele massaaži näidustusi ja vastunäidustusi erinevate haigusseisundite ja funktsioonihäirete korral, põhjendab massaaživõtete valikut kliendi seisundist lähtuvalt ning demonstreerib ravimassaaži (sh segmentmassaaži) tegemist.</p>	<p>Õpilane kirjeldab vastavalt ülesandele massaaži näidustusi ja vastu-näidustusi erinevate haigusseisundite ja funktsiooni-häirete korral, põhjendab massaaživõtete valikut kliendi seisundist lähtuvalt, demonstreerib ravimassaaži (sh segment-massaaži) tegemist ja analüüsib oma tegevuse sobivust.</p>
<p>5. õpiväljund: Õpilane rakendab lümfimassaaži põhivõtteid.</p>			
<p>Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).</p>			
<p>Õpilane selgitab vastavalt ülesandele lümfimassaaži tegemise põhiprintsiipe ja demonstreerib lümfimassaaži põhivõtteid.</p>			
<p>6. õpiväljund: Õpilane rakendab ravimassaaži toetavaid meetodeid.</p>			
<p>Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).</p>			
<p>Õpilane demonstreerib vastavalt ülesandele ravimassaaži toetavaid ravimeetodeid (triggerpunktiteraapia, venitusterapia, liigesmobilisatsioonid) ning põhjendab oma valikut.</p>			
<p>7. õpiväljund: Õpilane rakendab spordimassaaži põhivõtteid mõistab massööri rolli spordis, rakendab sportlase masseerimisel spordialaspetsiifilist lähenemist.</p>			

Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).
Õpilane demonstreerib vastavalt ülesandele ravimassaaži toetavaid ravimeetodeid ning põhjendab oma valikut lähtudes näidustustest ja patsiendi tervislikust seisundist.
8. õpiväljund: Õpilane teeb massaaži lastele.
Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).
Õpilane selgitab vastavalt ülesandele peamisi näidustusi ja vastunäidustusi lapse masseerimiseks ja demonstreerib lapse masseerimist tema individuaalsust arvestades.
<b>Õppematerjalid</b>
<p><b>Teema 1. Kliendi seisundi hindamine.</b></p> <p>Cael, C. (2010). Functional Anatomy: Musculoskeletal Anatomy, Kinesiology, and Palpation for Manual Therapists. Lippincott Williams and Wilkins.</p> <p>Clarkson, H.M. (2013). Musculoskeletal Assessment: Joint Range of Motion and Muscle Testing. Philadelphia: Wolters Kluwer/Lippincott Williams &amp; Wilkins Health.</p> <p>Hislop, H.J., Avers, D., Brown, M. (2014). Daniels and Worthingham's Muscle Testing: techniques of manual examination and performance testing. St. Louis, Mo.: Elsevier.</p> <p>Kendall, F.P., McCreary, E.K., Brovance, P.G., Rodgers, M.Mc., Romani, W.A. (2005). Muscles: Testing and Function with Posture and Pain 5th Edition. Baltimore; Philadelphia: Lippincott Williams and Wilkins.</p> <p>Mustajoki, P., Saha, H., Sane, T., Ross, E. (Toim.) (2005). Haige uurimine. Tallinn: Medicina.</p> <p>Pölluste, J. (Toim.) (2005) RFK Rahvusvaheline funktsioneerimisvõime, vaeguste ja tervise klassifikatsioon, EV Sotsiaalministeerium.</p> <p><a href="http://www.epikoda.ee/vana/include/blob.php?download=epikmain1&amp;id=0667">http://www.epikoda.ee/vana/include/blob.php?download=epikmain1&amp;id=0667</a></p> <p>Reiman, M.P., Manske, R.C. (2009). Functional Testing in Human Performance. Chamtpaign: Human Kinetics.</p> <p><b>Teema 2. Klassikaline massaaž.</b></p> <p>Casanelia, L., Stelfox, D. (2010). Foundations of massage. Edinburgh : Churchill Livingstone.</p> <p>Cassar, M. P. (2004). Handbook of clinical massage: a complete guide for students and practitioners, 2nd edition. London: Churchill Livingstone.</p> <p>Iives, M., Rannamaa, L., Müür, M., Kartau, A. K. (2012). Klassikalise massaaži õpik. Tallinn: R.M.S.R. Trükikunst.</p> <p>Salvo, S. G. (2003). Massage Therapy: Principles and Practise, 2nd edition. St. Louis: Saunders.</p> <p>Salvo, S. G. (2014). Mosby's pathology: for massage therapists, 3rd edition. St. Louis: Elsevier.</p> <p><b>Teema 3. Ravimassaaž.</b></p> <p>Cassar, M. P. (2004). Handbook of clinical massage: a complete guide for students and practitioners, 2nd edition. London: Churchill Livingstone.</p> <p>Clay, J.H., Pounds, D.M. (2007). Basic clinical massage therapy: integrating anatomy and treatment. Lippincott Williams and Wilkins.</p> <p>Salvo, S. G. (2014). Mosby's pathology: for massage therapists, 3rd edition. St. Louis: Elsevier.</p> <p><b>Teema 4. Lümfimassaaži alused.</b></p> <p>Moody French, R. (2012). The Complete Guide to Lymph Drainage massage. Second edition. Delmar Cengage Learning.</p> <p>Wittlinger, H., Wittlinger, D., Wittlinger, A., Wittlinger, M. (2010). Dr. Vodder's manual Lymph Drainage: a practical guide. New York: Thieme.</p> <p><b>Teema 5. Ravimassaaži toetavad meetodid.</b></p> <p>Davies, C., Davies, A. (2012). Päästikpunktiteraapia käsiraamat. Tallinn: Ersen.</p> <p>Davies, C. (2013). Trigger Point Therapy Workbook: Your Self-Treatment Guide for Pain Relief. Oakland: New Harbinger Publications.</p> <p>Riggs, A. (2007). Deep tissue massage: a visual guide to techniques. Berkeley: North Atlantic Books.</p> <p>Ylinen, J. (2009). Venitusteraapia. Tartu: Krisostomus.</p>

**Teema 6. Spordimassaaž.**

Cash, M. (2014). Sports and remedial massage therapy. London: Ebury.

Findlay, S. (2010). Sports massage. Champaign: Human Kinetics.

**Teema 7. Lastemassaaž.**

Kavanagh, W. (2005). Beebimassaaž. Tallinn: Varrak.

McClure, V. (2008). Imikute massaaž. Tallinn: Ersen

McClure, V. (2001). Infant massage: a handbook for loving parents. Auckland: Bantam Book.

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
<b>3</b>	<b>Karjääri planeerimine ja ettevõtlus</b>	<b>6 EKAP</b>	<b>Ele Hansen Tiina Uusma</b>
Eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane tuleb toime oma karjääri planeerimisega kaasaegses majandus-, ettevõtlus- ja töökeskonnas, lähtudes elukestva õppe põhimõtetest.		
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad.		
Mooduli hindamine ja hindamismeetodid	Moodul hinnatakse mitmeeristavalt. Hindamismeetodid: referaadi koostamine ja esitlemine, situatsioonülesande lahendamine, eneseanalüüsi koostamine. Hindamisülesanne: õpilane leiab IKT vahendeid kasutades informatsiooni tööturu, erialade ja õppimisvõimaluste kohta ning koostab nende alusel endale lühi- ja pikaajalise karjääriplaani hinnates oma sobivust valitud valdkonnas.		
<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>		
Õpilane: 1) mõistab oma vastutust teadlike otsuste langetamisel elukestvas karjääriplaneerimise protsessis;	1) Õpilane: 2) arutleb iseseisvalt enda isiksuse tugevuste ja nõrkuste üle ning hindab oma kutse, eriala ja ametialast ettevalmistust ning tööturul rakendumise võimalusi; 3) leiab IKT vahendeid kasutades informatsiooni tööturu, erialade ja õppimisvõimaluste kohta ja koostab elektroonilisi kandideerimisdokumente, lähtudes dokumentide vormistamise heast tavast; 4) valmistab iseseisvalt ette ja osaleb näidistööintervjuul ja koostab iseseisvalt endale lühi- ja pikaajalise karjääriplaani;		
2) mõistab majanduse olemust ja majanduskeskkonna toimimist;	5) mõistab oma majanduslikke vajadusi, lähtudes ressursside piiratusest; 6) selgitab iseseisvalt turumajanduse toimimist arvestades nõudluse, pakkumise ja turutasakaaluga õpitavas valdkonnas; 7) nimetab meeskonnatööna Eestis kehtivaid otseseid ja kaudseid makse ning selgitab nende mõju ettevõtluskeskkonnale õpitavas valdkonnas; 8) täidab etteantud andmete alusel sh elektrooniliselt FIE näidistuludeklaratsiooni; 9) kasutab iseseisvalt majanduskeskkonnas orienteerumiseks riiklikku infosüsteemi e-riik;		
3) mõtestab oma rolli ettevõtluskeskkonnas;	10) tõlgendab meeskonnatööna juhendi alusel tervishoiuga seotus ettevõtluskeskkonda Eestis ja toob välja oma võimalused tööturule sisenemisel palgatöötajana ja ettevõtjana; 11) kirjeldab juhendi alusel vastutustundliku ettevõtluse põhimõtete toimimist; 12) selgitab meeskonnatööna ühe ettevõtte majandustegevust ja seda		

	<p>mõjutavat ettevõtluskeskkonda ning kultuuridevaheliste erinevuste mõju ettevõtte majandustegevusele;</p> <p>13) kirjeldab ja selgitab ettevõtte äriideed hooldusvaldkonna näitel ja koostab elektrooniliselt juhendi alusel äriplaani;</p>	
4) mõistab oma õigusi ja kohustusi töökeskkonnas toimimisel;	<p>14) loetleb ja selgitab töötervishoiu ja tööohutuse põhilisi suundumisi, lähtudes riiklikust strateegiast;</p> <p>15) loetleb ja selgitab tööandja ja töötajate põhilisi õigusi ning kohustusi ohutu töökeskkonna tagamisel ja selgitab riskianalüüsi olemust;</p> <p>16) eristab ja kirjeldab meeskonnatööna töökeskkonna üldist füüsilisi, keemilisi, bioloogilisi, psühhosotsiaalseid ja füsioloogilisi ohutegureid ja meetmeid nende vähendamiseks;</p> <p>17) tunneb ära tööõnnetuse ja loetleb iseseisvalt lähtuvalt seadustes sätestatust töötaja õigusi ja kohustusi seoses tööõnnetusega;</p> <p>18) kirjeldab meeskonnatööna tulekahju ennetamise võimalusi ja enda tegevust tulekahju puhkemisel töökeskkonnas;</p> <p>19) arutleb juhtumi näitel meeskonnatööna erinevatest allikatest kogutud töötervishoiu ja tööohutusealast informatsiooni üle;</p> <p>20) kasutab iseseisvalt elektroonilist töölepinguseadust töölepingu sõlmimisel, tööaja ja puhkuse korraldamisel;</p> <p>21) toob iseseisvalt välja töölepingu, töövõtulepingu ja käsunduslepingu põhilised erinevused töötaja ja ettevõtja vaates;</p> <p>22) tutvustab meeskonnatööna töötaja õigusi, kohustusi ja vastutust sisaldavaid organisatsioonisiseseid dokumente;</p> <p>23) arvestab iseseisvalt ajatöö, tükitöö ja majandustulemustelt makstava tasu bruto- ja netopalka ning ajutise töövõimetuse hüvitist;</p> <p>24) kirjeldab iseseisvalt asjaajamise ja dokumendihalduse tähtsust organisatsioonis;</p> <p>25) koostab ja vormistab iseseisvalt elektroonilise algatus- ja vastuskirja ning e-kirja sh allkirjastab digitaalselt;</p> <p>26) kirjeldab iseseisvalt dokumentide säilitamise vajadust organisatsioonis ja seostab seda isiklike dokumentide säilitamisega;</p>	
5) käitub vastastikust suhtlemist toetaval viisil.	<p>27) kasutab keerukates ja ootamatutes suhtlemissituatsioonides sobivaid suhtlemisviise, erinevaid suhtlemisvahendeid, sh järgib telefoni- ja internetisuhtluse head tava;</p> <p>28) järgib üldtunnustatud käitumistavasid ning hindab enda ja grupiliikmete käitumist arvestades kultuurilisi erinevusi;</p> <p>29) juhib juhendi alusel eesmärgipäraselt väikesearvulist meeskonda tööalaste probleemide looval lahendamisel;</p> <p>30) hindab juhendi alusel enda ja teiste teeninduskultuuri, teenindushoiakuid ja -oskusi;</p> <p>31) lahendab iseseisvalt erinevaid, sh muutuvaid teenindussituatsioone, lähtudes kliendikeskse teeninduse põhimõtetest.</p>	
Õppetöö vormid ja meetodid	Tõhustatud loeng e-toega, seminar, arutelu, rühmatöö, iseseisev töö, rollimäng, situatsioonülesanne, infootsing, eneseanalüüs.	
<b>Teemad ja alateemad</b>		
MA15-017	<b>Teema 1. Karjääri planeerimine.</b> 1.1. Enesetundmine karjääri planeerimisel. 1.2. Õppimisvõimaluste ja tööjõuturu tundmine karjääri planeerimisel. 1.3. Planeerimine ja karjääriotsuste tegemine.	<b>0,5 EKAP</b> 13 tundi: (KÕ 7 t, IT 6 t)
MA15-018	<b>Teema 2. Õppimine ja juhendamine.</b> 2.1. Õppimist toetavad ja takistavad tegurid.	<b>1 EKAP</b> 26 tundi:

	<p>2.2. Õppimine ja õpetamine erinevas eas.  2.3. Õppimise ja õpetamise vormid ja meetodid.  2.4. Õpihoiakud ja õpimotivatsioon.  2.5. Ülevaade erinevatest õpikäsitlustest.  2.6. Juhendamise protsess (eesmärk, tegevused ja meetodid, tagasiside ja hindamine).  2.7. Enesehindamine.</p>	(KÕ 14 t, IT 12 t)
MA15-019	<p><b>Teema 3. Majandus ja ettevõtlus.</b>  3.1. Mina ja majandus.  3.2. Piiratud ressursid ja piiramatud vajadused.  3.3. Pakkumine ja nõudlus.  3.4. Maksud.  3.5. Finantsasutused Eestis.  3.6. Eesti ja kodumaakonna ettevõtlus.  3.7. Ettevõtja ja töövõtja.  3.8. Ettevõtluskeskkond.  3.9. Äriidee ja selle elluviimine.  3.10. Raamatupidamise alused.</p>	<b>1 EKAP</b> 26 tundi: (KÕ 14 t, IT12 t)
MA15-020	<p><b>Teema 4. Töötervishoid ja tööohutus.</b>  4.1. Töökeskkond ja seadusandlus.  4.2. Töökeskkonnaalase töö korraldus.  4.3. Töökeskkonna ohutegurid.  4.4. Tööõnnetused.  4.5. Tuleohutus.</p>	<b>0,5 EKAP</b> 13tundi: (KÕ 7 t, IT 6 t)
MA15-021	<p><b>Teema 5. Töötamise õiguslikud alused.</b>  5.1. Lepingulised suhted töö tegemisel.  5.2. Töökorraldus.  5.3. Töö tasustamine ja sotsiaalsed tagatised.</p>	<b>0,5 EKAP</b> 13 tundi: KÕ 7 t, IT 6 t)
MA15-022	<p><b>Teema 6. Asjaajamine ja dokumendihaldus.</b>  6.1. Asjaajamine ja dokumendihaldus organisatsioonis.  6.2. Dokumentide loomine.  6.3. Dokumentide sh digitaaldokumentide säilitamine.</p>	<b>0,5 EKAP</b> 13 tundi: (KÕ 7 t, IT 6 t)
MA15-023	<p><b>Teema 7. Suhtlemine, klienditeeninduse alused.</b>  7.1. Suhtlemine meeskonnas.  7.2. Erinevad suhtlemissituatsioonid.  7.3. Klienditeenindus.  7.4. Käitumistaktikad. Käitumine konfliktisituatsioonides.  7.5. Kriis ja läbipõlemine, psühholoogilised kaitsemehhanismid.</p>	<b>1 EKAP</b> 26 tundi: (KÕ 14 t, IT 12 t)
<b>HINDAMINE</b>		
1. õpiväljund: Õpilane mõistab oma vastutust teadlike otsuste langetamisel elukestvas karjääriplaneerimise protsessis.		
Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).		
Õpilane:		
1) arutleb iseseisvalt enda isiksuse tugevuste ja nõrkuste üle ning hindab oma kutse, eriala ja ametialast ettevalmistust ning tööturul rakendumise võimalusi;		
2) leiab IKT vahendeid kasutades informatsiooni tööturu, erialade ja õppimisvõimaluste kohta ja koostab elektroonilisi kandideerimisdokumente, lähtudes dokumentide vormistamise heast tavast: CV, motivatsioonikiri, sooviavaldus;		
3) valmistab iseseisvalt ette ja osaleb näidistööintervjuul ja koostab iseseisvalt endale lühi- ja pikaajalise karjääriplaani.		

2. õpiväljund: Õpilane mõistab majanduse olemust ja majanduskeskkonna toimimist.
Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).
Õpilane: 1) mõistab oma majanduslikke vajadusi, lähtudes ressursside piiratusest; 2) selgitab iseseisvalt turumajanduse toimimist arvestades nõudluse, pakkumise ja turutasakaaluga õpitavas valdkonnas; 3) nimetab meeskonnatööna Eestis kehtivaid otseseid ja kaudseid makse ning selgitab nende mõju ettevõtluskeskkonnale õpitavas valdkonnas; 4) täidab etteantud andmete alusel sh elektrooniliselt FIE näidistuludeklaratsiooni; 5) kasutab iseseisvalt majanduskeskkonnas orienteerumiseks riiklikku infosüsteemi e-riik.
3. õpiväljund: Õpilane mõtestab oma rolli ettevõtluskeskkonnas.
Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).
Õpilane: 1) tõlgendab meeskonnatööna juhendi alusel hooldusala ettevõtluskeskkonda Eestis ja toob välja oma võimalused tööturule sisenemisel palgatöötajana ja ettevõtjana; 2) kirjeldab juhendi alusel vastutustundliku ettevõtluse põhimõtete toimimist; 3) selgitab meeskonnatööna ühe ettevõtte majandustegevust ja seda mõjutavat ettevõtluskeskkonda ning kultuuridevaheliste erinevuste mõju ettevõtte majandustegevusele; 4) kirjeldab ja selgitab ettevõtte äriideed hooldusvaldkonna näitel ja koostab elektrooniliselt juhendi alusel äriplaan.
4. õpiväljund: Õpilane kasutab oma õigusi ja täidab oma kohustusi töökeskkonna toimimisel.
Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).
Õpilane: 1) loetleb ja selgitab iseseisvalt töötervishoiu ja tööohutuse põhilisi suundumisi, lähtudes riiklikust strateegiast; 2) loetleb ja selgitab iseseisvalt tööandja ja töötajate põhilisi õigusi ning kohustusi ohutu töökeskkonna tagamisel ja selgitab riskianalüüsi olemust; 3) eristab ja kirjeldab meeskonnatööna töökeskkonna üldist füüsilisi, keemilisi, bioloogilisi, psühhosotsiaalseid ja füsioloogilisi ohutegureid ja meetmeid nende vähendamiseks; 4) tunneb ära tööõnnetuse ja loetleb iseseisvalt lähtuvalt seadustes sätestatust töötaja õigusi ja kohustusi seoses tööõnnetusega; 5) kirjeldab meeskonnatööna tulekahju ennetamise võimalusi ja enda tegevust tulekahju puhkemisel töökeskkonnas; 6) arutleb juhtumi näitel meeskonnatööna erinevatest allikatest kogutud töötervishoiu ja tööohutusealast informatsiooni üle; 7) kasutab iseseisvalt elektroonilist töölepinguseadust töölepingu sõlmimisel, tööaja ja puhkuse korraldamisel; 8) toob iseseisvalt välja töölepingu, töövõtulepingu ja käsunduslepingu põhilised erinevused töötaja ja ettevõtja vaates; 9) tutvustab meeskonnatööna töötaja õigusi, kohustusi ja vastutust sisaldavaid organisatsioonisiseseid dokumente; 10) arvestab iseseisvalt ajatöö, tükitöö ja majandustulemustelt makstava tasu bruto- ja netopalka ning ajutise töövõimetuse hüvitist; 11) kirjeldab iseseisvalt asjaajamise ja dokumendihalduse tähtsust organisatsioonis; 12) koostab ja vormistab iseseisvalt elektroonilise algatus- ja vastuskirja ning e-kirja, sh allkirjastab digitaalselt; 13) kirjeldab iseseisvalt dokumentide säilitamise vajadust organisatsioonis ja seostab seda isiklike dokumentide säilitamisega;

5. õpiväljund: Õpilane käitub vastastikust suhtlemist toetaval viisil.
Hindamiskriteeriumid: mitmeeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).
<p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) kasutab keerukates ja ootamatutes suhtlemissituatsioonides sobivaid suhtlemisviise, erinevaid suhtlemisvahendeid, sh järgib telefoni- ja internetisuhtluse head tava;</li> <li>2) järgib üldtunnustatud käitumistavasid ning hindab enda ja grupiliikmete käitumist arvestades kultuurilisi erinevusi;</li> <li>3) juhib juhendi alusel eesmärgipäraselt väikesearvulist meeskonda tööalaste probleemide looval lahendamisel;</li> <li>4) hindab juhendi alusel enda ja teiste teeninduskultuuri, teenindushoiakuid ja -oskusi; lahendab iseseisvalt erinevaid, sh muutuvaid teenindussituatsioone, lähtudes kliendikeskse teeninduse põhimõtetest.</li> </ol>
<b>Õppematerjalid</b>
<p>Arrak, A., Eamets, R., Karm, T., Mets, T., Omel, R., Rand, R., Trasberg, V., Vigla, H., Viio, A., Võrklaev, E. (2002). Majanduse ABC. Tallinn: Audentes&amp;Avatar.  <a href="http://www.avatar.ee/majanduseabc/">http://www.avatar.ee/majanduseabc/</a></p> <p>Pramann Salu, M. (2005). Ettevõtluse alused. Tallinn: Ilo.</p> <p>Randma, T. (2008). Ettevõtluse alused. Tallinn: OÜ Infotrükk.</p> <p>Tolk, Ü. (2009). Õpiobjekt: SWOT analüüs. Tartu Kutsehariduskeskus.  <a href="http://e-ope.khk.ee/oo/evoti/SWOT/">http://e-ope.khk.ee/oo/evoti/SWOT/</a></p> <p>Tolk, Ü. (2009). Õpiobjekt: Turundusuuringu koostamine küsitluse teel. Tartu Kutsehariduskeskus.  <a href="http://e-ope.khk.ee/oo/evoti/kysitus/">http://e-ope.khk.ee/oo/evoti/kysitus/</a></p> <p>Tolk, Ü. (2009). Õpiobjekt: SWOT analüüs. Tartu Kutsehariduskeskus.  <a href="http://ope.khk.tartu.ee/~maarja/SWOT/">http://ope.khk.tartu.ee/~maarja/SWOT/</a></p> <p>Tolk, Ü. (2009). Õpiobjekt: Turundusuuringu koostamine küsitluse teel. Tartu Kutsehariduskeskus.  <a href="http://ope.khk.tartu.ee/~maarja/kysitus/">http://ope.khk.tartu.ee/~maarja/kysitus/</a></p> <p>Tsarjov, R. (2007). Õpiobjekt: Palgaarvestus ja deklareerimine. Suuremõisa Tehnikum.  <a href="http://kingpool.hak.edu.ee/materjalid/R.%20Tsarjovi%20raamatupidamise%20%F5piobjektid%202/palgaarvestus/">http://kingpool.hak.edu.ee/materjalid/R.%20Tsarjovi%20raamatupidamise%20%F5piobjektid%202/palgaarvestus/</a></p> <p>Türk, V. (1995). Turumajandus kõigile. Tartu: Tartu Ülikool.</p>

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
4	<b>Õppepraktika</b>	<b>35</b>	<b>Aleksandra Josiptšuk</b>
Eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane arendab, täiendab ja rakendab õppetöös omandatud teadmisi ning oskusi praktilises töökeskkonnas, kujundab sotsiaalseid oskusi, isikuomadusi ja hoiakuid, mis tõstavad õpilase valmisolekut tulevaseks tööeluks.		
Nõuded mooduli alustamiseks	Läbitud on moodul „Massaaži alused“, läbimisel moodul „Massaaž“.		
Mooduli hindamine ja hindamismeetodid	Moodul hinnatakse mitmeeristavalt. Moodul loetakse arvestatuks, kui õpilane on sooritanud praktika, esitanud koolile nõutavad praktikadokumendid ja praktika-aruande praktika lõpuseminaris kaitsnud.		
Hindamismeetodid	Demonstratsioon, eneseanalüüs, esitlus ja kaitsmine.		
<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>		
Õpilane:	Õpilane:		

1) suhtleb kliendi ja kolleegidega sõbralikult ning lugupidavalt, kasutades kaasaegseid infotehnoloogilisi vahendeid ning järgides seadusandlust, konfidentsiaalsust ja kutse-eetika põhimõtteid;	1) suhtleb klientidega sõbralikult ja lugupidavalt lähtuvalt kutse-eetikast ning konfidentsiaalsuse põhimõtetest; 2) mõistab ja arvestab kultuuride mitmekesisust ja on salliv; 3) vältib ennast selgelt ja arusaadavalt; lahendab delikaatselt konfliktsituatsioonid; 4) kasutab korrektset erialast terminoloogiat ja kohandab info kliendile arusaadavasse vormi ja keelde; 5) osaleb vastutustundliku liikmena meeskonnas töö planeerimisel ja tegemisel;	
2) tagab töö käigus nii enda kui ka kliendi ohutuse, jälgib hügieeni-nõudeid;	6) arvestab tööks valmistudes hügieeni ja eriala eetika nõudeid; 7) järgib töö käigus eriala eetika, hügieeni- ja ohutusnõudeid, tagades nii enda kui ka kliendi turvalisuse; 8) järgib massaaži tehes ergonoomilisi töövõtteid, rakendab ennastsäästvaid massaaživõtteid;	
3) hindab kliendi tervisliku seisundit, dokumenteerib korrektset ja arusaadavalt kliendiga tehtud töö;	9) hindab kliendi tervislikku seisundit valides sobivad hindamismeetodid; 10) dokumenteerib vajadusel saadud tulemused vastavalt praktikabaasi nõuetele; 11) kindlustab konfidentsiaalse info eetilise käsitlemise (tervisliku seisundit puudutava info hoiustamise);	
4) lähtub oma tegevuses kliendi tervislikust seisundist ja protseduuri eesmärgist.	12) valib kliendi seisundist või protseduuri eesmärgist lähtuvalt õiged töövõtted; 13) teeb eesmärgipäraselt massaaži, mille eesmärk on kas säilitada või parandada inimese tervislikku seisundit ja heaolu; 14) lähtudes kliendi tervislikust seisundist kohandab oma tegevust; 15) selgitab kliendile/juhendajale oma tegevust, põhjendab oma valikut; 16) kasutab oma töös põhjendatult massaaži toetavaid ravimeetodeid (venitused, liigesmobilisatsioonid, triggerpunktiteraapia, müofastsiaalsed vabastamise tehnikad jm);	
5) nõustab klienti massaaži ja tervisliku eluviisi teemadel.	17) vajadusel nõustab klienti massaaži teemal, juhendab ning vastab küsimustele; 18) vajadusel nõustab klienti tervisliku eluviisi teemadel (sh liikumine ja toitumine);	
6) analüüsib oma valmidust tulevaseks tööeluks.	19) planeerib, viib läbi ja analüüsib oma tegevusi kliendi vajadustest lähtuvalt; 20) koostab eneseanalüüsi, hinnates oma sooritust kutsestandardist, kutse-eetikast ja õigusaktidest tulenevatest nõuetest lähtuvalt.	
Õppetöö vormid ja meetodid	Praktiline tegevus, arutelu, iseseisev töö, rollimäng, infootsing, eneseanalüüs.	
<b>Teemad ja alateemad</b>		
MA15-024	<b>Teema 1. Õppepraktika spa-keskkonnas.</b> 1.1. Suhtlemine ja meeskonnatöö. 1.2. Klienditeenindus. Kliendi nõustamine massaaži ja tervisliku eluviisi teemadel (sh liikumine ja toitumine). 1.3. Hügieen ja ohutus (sh ergonoomika, A- ja antiseptika). 1.4. Kliendi seisundi hindamine.	<b>10 EKAP</b> tundi: 260 akadeemilist tundi = 195 astro- noomilist



	<p>1.5. Klassikaline massaaž (lähtudes kliendi seisundist ja/või protseduuri eesmärgist).</p> <p>1.6. Eneseareng: tegevuse planeerimine ja analüüs.</p>	<p>tundi, millest 160 graafikus ja 35 tundi iseseisvat tööd</p>
MA15-025	<p><b>Teema 2. Õppepraktika kliinilises keskkonnas.</b></p> <p>2.1. Osalemine meeskonnatöös aktiivse ja vastutus-tundliku liikmena.</p> <p>2.2. Suhtlemine klientide ja meeskonnaliikmetega vastastiku lugupidaval ja arusaadaval moel eetika ja konfidentsiaalsuse põhimõtteid järgides.</p> <p>2.3. Kliendi nõustamine massaaži ja tervisliku eluviisi teemadel (sh liikumine ja toitumine).</p> <p>2.4. Hügieen ja ohutus (sh ergonoomika, A- ja antiseptika).</p> <p>2.5. Kliendi seisundi hindamine.</p> <p>2.6. Ravimassaaži tegemine – arsti ettekirjutiste järgimine, massaaži tegemine lähtuvalt kliendi tervislikust seisundist (vajadusel kohandamine) – segmentmassaaž, võimalusel lastemassaaž, spordimassaaž jm.</p> <p>2.7. Eneseareng: tegevuse planeerimine ja analüüs.</p>	<p><b>10 EKAP</b> tundi: 260 akadeemilist tundi = 195 astronoomilist tundi, millest 160 graafikus ja 35 tundi iseseisvat tööd t)</p>
MA15-026	<p><b>Teema 3. Lõpupraktika.</b></p> <p>3.1. Osalemine meeskonnatöös aktiivse ja vastutustundliku liikmena.</p> <p>3.2. Suhtlemine klientide ja meeskonnaliikmetega vastastiku lugupidaval ja arusaadaval moel eetika ja konfidentsiaalsuse põhimõtteid järgides.</p> <p>3.3. Kliendi nõustamine massaaži ja tervisliku eluviisi teemadel (sh liikumine ja toitumine).</p> <p>3.4. Hügieen ja ohutus (sh ergonoomika, a- ja antiseptika).</p> <p>3.5. Kliendi seisundi hindamine.</p> <p>3.6. Massaaži tegemine – arsti ettekirjutiste järgimine, massaaži tegemine lähtuvalt kliendi tervislikust seisundist (vajadusel kohandamine) – segmentmassaaž, võimalusel lastemassaaž, spordimassaaž jm.</p> <p>3.7. Eneseareng: tegevuse planeerimine ja analüüs.</p>	<p><b>15 EKAP</b> tundi: 390 akadeemilist tundi = 292 astronoomilist tundi, millest 40 tundi koolis teenus kogukonnale, 212 tundi praktika-baasis, 40 tundi iseseisev töö.</p>
<b>HINDAMINE</b>		
<p>1. õpiväljund: Õpilane suhtleb kliendi ja kolleegidega sõbralikult ning lugupidavalt, kasutades kaasaegseid infotehnoloogilisi vahendeid ning järgides seadusandlust, konfidentsiaalsust ja kutseeetika põhimõtteid;</p>		
<p>Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).</p>		

<p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) suhtleb klientidega sõbralikult ja lugupidavalt lähtuvalt kutse-etikast ning konfidentsiaalsuse põhimõtetest;</li> <li>2) mõistab ja arvestab kultuuride mitmekesisust ja on salliv</li> <li>3) väljendab ennast selgelt ja arusaadavalt; lahendab delikaatselt konfliktsituatsioonid;</li> <li>4) kasutab korrektset erialast terminoloogiat ja kohandab info kliendile arusaadavasse vormi ja keelde;</li> <li>5) osaleb vastutustundliku liikmena meeskonnas töö planeerimisel ja tegemisel.</li> </ol>
<p>2. õpiväljund: Õpilane tagab töö käigus nii enda kui ka kliendi ohutuse, jälgib hügieeninõudeid.</p>
<p>Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).</p>
<p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) arvestab tööks valmistudes hügieeni ja eriala eetika nõudeid;</li> <li>2) järgib töö käigus eriala eetika, hügieeni- ja ohutusnõudeid, tagades nii enda kui ka kliendi turvalisuse;</li> <li>3) järgib massaaži tehes ergonoomilisi töövõtteid, rakendab ennastsäästvaid massaaživõtteid.</li> </ol>
<p>3. õpiväljund: Õpilane hindab kliendi tervisliku seisundit, dokumenteerib korrektselt ja arusaadavalt kliendiga tehtud töö.</p>
<p>Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).</p>
<p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) hindab kliendi tervislikku seisundit valides sobivad hindamismeetodid;</li> <li>2) dokumenteerib vajadusel saadud tulemused vastavalt praktikabaasi nõuetele;</li> <li>3) kindlustab konfidentsiaalse info eetilise käsitlemise (tervisliku seisundit puudutava info hoiustamise).</li> </ol>
<p>4. õpiväljund: Õpilane lähtub oma tegevuses kliendi tervislikust seisundist ja protseduuri eesmärgist.</p>
<p>Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).</p>
<p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) valib kliendi seisundist või protseduuri eesmärgist lähtuvalt õiged töövõtted;</li> <li>2) teeb eesmärgipäraselt massaaži, mille eesmärk on kas säilitada või parandada inimese tervislikku seisundit ja heaolu;</li> <li>3) lähtudes kliendi tervislikust seisundist kohandab oma tegevust;</li> <li>4) selgitab kliendile/juhendajale oma tegevust, põhjendab oma valikut;</li> <li>5) kasutab oma töös põhjendatult massaaži toetavaid ravimeetodeid (venitused, liigesmobilisatsioonid, triggerpunktiteraapia, müofastsiaalsed vabastamise tehnikad jm).</li> </ol>
<p>5. õpiväljund: Õpilane nõustab klienti massaaži ja tervisliku eluviisi teemadel.</p>
<p>Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).</p>
<p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) nõustab klienti massaaži teemal, juhendab ning vastab küsimustele;</li> <li>2) nõustab klienti tervisliku eluviisi teemadel (sh liikumine ja toitumine).</li> </ol>
<p>6. õpiväljund: Õpilane analüüsib oma valmidust tulevaseks tööeluks.</p>
<p>Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).</p>
<p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) planeerib, viib läbi ja analüüsib oma tegevusi kliendi vajadustest lähtuvalt;</li> <li>2) koostab eneseanalüüsi, hinnates oma sooritust kutsestandardist, kutse-etikast ja õigusaktidest tulenevatest nõuetest lähtuvalt.</li> </ol>

<b>VALIKÕPINGUTE MOODULID</b>			
Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
<b>1</b>	<b>Idamaade massaaž</b>	<b>2 EKAP</b>	<b>Viivi Käärma</b>
Eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane omandab algteadmised idamaade massaaži filosoofiast ja põhimõtetest ning esmased töövõtted.		
Nõuded mooduli alustamiseks	Läbitud moodul „Massaaži alused“, läbimisel „Massaaži moodul“.		
Mooduli hindamine ja hindamismeetodid	Moodul hinnatakse mitmeeristavalt. Hindamismeetodid: situatsioonülesande lahendamine, demonstratsioon. Hindamisülesanne: Õpilane demonstreerib vastavalt ülesandele ühe idamaise massaažiprotseduuri läbi viimist.		
<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>		
Õpilane: 1) valmistab ette kabineti ja töövahendid lähtudes kliendi tervislikust seisundist ning, hügieeni, tervisekaitse ja ergonoomika nõuetest;	Õpilane: 1) demonstreerib vastavat ülesandele massaažikabineti ettevalmistamist ja töövahendite valimist kliendi tervislikust seisundist ning hügieeni, tervisekaitse ja ergonoomika nõuetest lähtuvalt;		
2) demonstreerib eesmärgi-pärase massaaži-protseduuri läbiviimist lähtudes kliendi tervislikust seisundist.	2) selgitab vastavalt ülesandele idamaise massaaži üldist mõju erinevatele organsüsteemidele, näidustusi ja vastunäidustusi; 3) demonstreerib vastavalt ülesandele idamaise massaaži võtteid tervisekaitse, ergonoomika ja kutse-eeetika põhimõtteid järgides.		
Õppetöö vormid ja meetodid	Tõhustatud loeng e-toega, seminar, iseseisev töö, arutelu, situatsioonülesande lahendamine, vaatlus, praktiline harjutamine.		
<b>Teemad ja alateemad</b>			
MA15-027	1. Sissejuhatus idamaade massaaži. 2. Idamaise massaaži teoreetilised alused. 3. Näidustused ja vastunäidustused. 4. Ruumi ettevalmistamine ja vahendite valik. 5. Tehnikad ja võtted.	<b>2 EKAP</b> 52 tundi: (KÕ 30 t, IT 22 t)	
<b>HINDAMINE</b>			
1. õpiväljund: Õpilane valmistab ette kabineti ja töövahendid lähtudes kliendi tervislikust seisundist ning hügieeni, tervisekaitse ja ergonoomika nõuetest.			
Hindamiskriteeriumid: mitmeeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).			
Õpilane demonstreerib vastavat ülesandele massaažikabineti ettevalmistamist ja töövahendite valimist kliendi tervislikust seisundist ning hügieeni, tervisekaitse ja ergonoomika nõuetest lähtuvalt.			

2. õpiväljund: Õpilane demonstreerib eesmärgipärase massaažiprotseduuri läbi viimist lähtudes kliendi tervislikust seisundist.
Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).
Õpilane: 1) selgitab vastavalt ülesandele idamaise massaaži üldist mõju erinevatele organsüsteemidele, näidustusi ja vastunäidustusi; 2) demonstreerib vastavalt ülesandele idamaise massaaži võtteid tervisekaitse, ergonoomika ja kutse-eetika põhimõtteid järgides.
<b>Õppematerjalid</b>
Douillard, J. (2010). Ajurveda massaaži käsiraamat. Tallinn: Ersen. Ilves, M., Kaljuvee, M., Toivar, M.-L., Kartau, A. K. (2011). Kaasaegse Tai joogamassaaži õpik. Tallinn: M.I. Massaažikool. Salguero, C.P. (2011). Tai massaaži entsüklopeedia. Tallinn: Ersen. Tulku, T. (2007). Tiibeti lõdvestus. Tallinn: Varrak.

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
<b>2</b>	<b>Aroomimassaaž</b>	<b>2 EKAP</b>	<b>Marika Külm</b>
Eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane omandab algteadmised aroomimassaaži põhimõtetest ning esmased töövõtted.		
Nõuded mooduli alustamiseks	Läbitud moodul „Massaaži alused“. Läbimisel „Massaaži“ moodul.		
Mooduli hindamine ja hindamismeetodid	Moodul hinnatakse mitteeristavalt. Hindamismeetodid: situatsioonülesande lahendamine. Hindamisülesanne: Õpilane demonstreerib vastavalt ülesandele aroomimassaaži tegemist.		
<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>		
Õpilane: 1) valmistab ette kabineti ja töövahendid lähtudes kliendi tervislikust seisundist ning hügieeni, tervisekaitse ja ergonoomika nõuetest;	Õpilane: 1) Demonstreerib vastavat ülesandele massaažikabineti ettevalmistamist ja töövahendite valimist kliendi tervislikust seisundist ning hügieeni, tervisekaitse ja ergonoomika nõuetest lähtuvalt.		
2) demonstreerib aroomimassaaži tegemist eeterlike õlidega lähtudes kliendi tervislikust seisundist.	2) selgitab vastavalt ülesandele aroomimassaaži üldist mõju erinevatele organsüsteemidele, näidustusi ja vastunäidustusi; 3) demonstreerib vastavalt ülesandele aroomimassaaži võtteid kliendi tervislikku seisundit ning tervisekaitse, ergonoomika ja kutse-eetika põhimõtteid järgides.		
Õppetöö vormid ja meetodid	Tõhustatud loeng e-toega, seminar, iseseisev töö, arutelu, situatsioonülesande lahendamine, vaatlus, praktiline harjutamine.		

<b>Teemad ja alateemad</b>		
MA15-028	1. Aroomiteraapia ajalugu. 2. Aroomiteraapia olemus, eesmärgid ja toime. 3. Taimsed eeterlikud õlid ja nende tervendavad omadused, õlide valmistamine. 4. Eeterlike õlide imendumine organismi ja selle toimemehhanismid. 5. Aroomiteraapia näidustused ja vastunäidustused. 6. Aroomiteraapia meetodid ja võtted. Aroomiteraapiline massaaž.	<b>2 EKAP</b> 52 tundi: (KÕ 30 t, IT 22 t)
<b>HINDAMINE</b>		
1. õpiväljund: Õpilane valmistab ette kabineti ja töövahendid lähtudes kliendi tervislikust seisundist ning hügieeni, tervisekaitse ja ergonoomika nõuetest.		
Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).		
Õpilane demonstreerib vastavat ülesandele massaažikabineti ettevalmistamist ja töövahendite valimist kliendi tervislikust seisundist ning hügieeni, tervisekaitse ja ergonoomika nõuetest lähtuvalt.		
2. õpiväljund: Õpilane demonstreerib aroomimassaaži tegemist eeterlike õlidega lähtudes kliendi tervislikust seisundist.		
Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).		
Õpilane: 1) selgitab vastavalt ülesandele aroomimassaaži üldist mõju erinevatele organsüsteemidele, näidustusi ja vastunäidustusi; 2) demonstreerib vastavalt ülesandele aroomimassaaži võtteid kliendi tervislikku seisundit ning tervisekaitse, ergonoomika ja kutse-eeetika põhimõtteid järgides.		
<b>Õppematerjalid</b>		
Schnaubelt, K. (1999). Advanced aromatherapy: the science of essential oil therapy. Rochester: Healing Arts Press. Stuart, C. (2009). Täielik ja praktiline massaaž ja aroomiteraapia. Tallinn: Varrak		

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
<b>3</b>	<b>Refleksoteraapia</b>	<b>2 EKAP</b>	<b>Helena Gapeyeva</b>
Eesmärk	Õpetamisega taotletakse, et õppijad omandavad algteadmised ja esmased töövõtted refleksoteraapias.		
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad.		
Mooduli hindamine ja hindamismeetodid	Moodul hinnatakse mitteeristavalt. Hindamismeetodid: situatsioonülesande lahendamine, demonstratsioon. Hindamisülesanne: Õpilane demonstreerib vastavalt ülesandele refleksoteraapia võtete rakendamist ja põhjendab nende kasutamise vajadust.		
<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>		
Õpilane: 1) valmistab ette kabineti ja	Õpilane: 1) demonstreerib vastavat ülesandele massaažikabineti ettevalmistamist ja töövahendite valimist kliendi tervislikust seisundist ning hügieeni,		

töövahendid lähtudes kliendi tervislikust seisundist ning hügieeni, tervisekaitse ja ergonoomika nõuetest;	tervisekaitse ja ergonoomika nõuetest lähtuvalt;
2) rakendab refleksoteraapia meetodeid ja võtteid kliendi tervislikust seisundist lähtuvalt.	3) selgitab vastavalt ülesandele refleksoteraapia mõju erinevatele organsüsteemidele, näidustusi ja vastunäidustusi; 4) demonstreerib vastavalt ülesandele refleksoteraapia võtteid kliendi tervislikku seisundit ning tervisekaitse, ergonoomika ja kutse-eeetika põhimõtteid järgides.
Õppetöö vormid ja meetodid	Tõhustatud loeng e-toega, seminar, iseseisev töö, arutelu, situatsioonülesande lahendamine, vaatlus, praktiline harjutamine.
<b>Teemad ja alateemad</b>	
MA15-029	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Valu mehhanismid.</li> <li>2. Mittemedikamentoossed meetodid valu kõrvaldamisel.</li> <li>3. Inimorganismi metameerne innervatsioon ja refleksoteraapia.</li> <li>4. Inimese keha bioaktiivsete punktide teraapilised omadused.</li> <li>5. Üldtugevdava mõjuga ja reanimatsioonipunktid.</li> <li>6. Punktmassaaži võtted.</li> <li>7. Punktmassaaži meetodid valu kõrvaldamiseks.</li> <li>8. Punktmassaaž vältimatut abi vajavate seisundite korral.</li> <li>9. Punktmassaaž närvihäirete korral.</li> </ol>
	<b>2 EKAP</b> 52 tundi (KÕ 30 t, IT 22 t)
<b>HINDAMINE</b>	
1. õpiväljund: Õpilane valmistab ette kabineti ja töövahendid lähtudes kliendi tervislikust seisundist ning hügieeni, tervisekaitse ja ergonoomika nõuetest.	
Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).	
Õpilane demonstreerib vastavat ülesandele massaažikabineti ettevalmistamist ja töövahendite valimist kliendi tervislikust seisundist ning hügieeni, tervisekaitse ja ergonoomika nõuetest lähtuvalt.	
2. õpiväljund: Õpilane rakendab refleksoteraapia meetodeid ja võtteid kliendi tervislikust seisundist lähtuvalt.	
Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).	
Õpilane: 1) selgitab vastavalt ülesandele refleksoteraapia mõju erinevatele organsüsteemidele, näidustusi ja vastunäidustusi; 2) demonstreerib vastavalt ülesandele refleksoteraapia võtteid kliendi tervislikku seisundit ning tervisekaitse, ergonoomika ja kutse-eeetika põhimõtteid järgides.	
<b>Õppematerjalid</b>	
Dougans, I. (2012). Refleksoloogia. Tallinn: Ersen Kunz, B., Kunz, K. (2003). Reflexology. Dorling Kindersley. Mahlapuu, M. (toim.) (2002). Refleksoloogia ja tugiteraapiad. Tallinn: Ersen Tucker L. (2012). An introductory guide to reflexology. London: EMS Publishing. Voner, V. (2014). Kõik refleksoloogiast. Tallinn: Ersen.	

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
4	<b>Digiaajastu tehnoloogiate kasutamine õppimises ja erialases arengus</b>	<b>2 EKAP</b>	<b>Anne Rosenberg</b>
Eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane omandab teadmised ja oskused digiajastu tehnoloogiliste vahendite kasutamiseks informatsiooni hankimisel, töötlemisel, tööalasel suhtlemisel, asjaajamisel ja enesetäiendamisel eetika ja turvalisuse nõudeid arvestades.		
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad.		
Mooduli hindamine ja hindamismeetodid	Moodul hinnatakse mitteeristavalt. Hindamismeetodid: praktiliste õppeülesannete täitmine Moodle keskkonnas ja enesearengu reflekteerimine digitaalses arengumapis. Hindamisülesanded: 1. Digitaalne arengumapp ja refleksioon. 2. Infoajastu võimaluste teadlik kasutamine. 3. E-õppe keskkonna Moodle tegevustes osalemine. 4. Töö- ja harjutuslehed. 5. Originaaltöö loomine digivahenditega. 6. Veebimaterjali seaduslik ja eetiline kasutamine.		
<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>		
Õpilane kasutab digiajastu tehnoloogilisi vahendeid informatsiooni hankimiseks, töötlemiseks, tööalaseks suhtlemiseks, asjaajamiseks ja enesetäiendamiseks.	Õpilane: 1) teab infoajastu tehnoloogiate kasutamise põhitõdesid, võimalusi ja sellega kaasnevat ohtusid; 2) vormistab arvutil nõuetekohaseid kirjalikke töid ja esitab või jagab neid vajadusel veebipõhiselt; 3) teab, mis on e-õpe ja kasutab e-õppe keskkonna Moodle traditsioonilisi tegevusi ja vahendeid; 4) loob originaaltöid (pilt, video, audio vm) rakendades informatsiooni kogumiseks, hindamiseks ja kasutamiseks digitaalseid vahendeid; 5) kasutab teadlikult veebimaterjale käitudes seaduslikult ja eetiliselt; 6) kasutab digitaalseid vahendeid (sh digitaalne arengumapp) oma loomingu edastamiseks ja erialase arengu reflekteerimiseks; 7) kasutab digitaalset meediat ja keskkondi suhtlemiseks ning koostööks; 8) leiab ja rakendab digitaalseid vahendeid praktiliste oskuste arendamiseks; 9) on teadlik erinevatest õppimist toetavatest ja reguleerivatest dokumentidest Tartu Tervishoiu kõrgkoolis; 10) kasutab sihipäraselt Tartu Tervishoiu Kõrgkooli kodulehte, siseveebi, ÕISI ja leiab üles vajaliku informatsiooni.		
Õppetöö vormid ja meetodid	Seminar, arutelu, rühmatöö, e-õpe, eneseanalüüs.		
<b>Teemad ja alateemad</b>			
MA15-030	1. Digitaalne arengumapp ja refleksioon. 2. Infoajastu võimaluste teadlik kasutamine.	<b>2 EKAP</b> 52 tundi:	

	3. Õppimist toetavad dokumendid, vajamineva info otsimine ja kasutamine. 4. E-õppe keskkonna Moodle tegevused. 5. Meediad ja koostöö digiajastul. 6. Originaaltöö loomise võimalused digivahenditega. 7. Veebimaterjali seaduslik ja eetiline kasutamine.	(KÕ 26 t, IT 26 t Moodle`s)
<b>HINDAMINE</b>		
1. õpiväljund: Õpilane kasutab digiajastu tehnoloogilisi vahendeid informatsiooni hankimiseks, töötlemiseks, tööalaseks suhtlemiseks, asjaajamiseks ja enesetäiendamiseks		
Hindamiskriteeriumid: mitmeeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).		
<b>Õpilane:</b> 1) teab infoajastu tehnoloogiate kasutamise põhitõdesid, võimalusi ja sellega kaasnevaid ohtusid; 2) vormistab arvutil nõuetekohaseid kirjalikke töid ja esitab või jagab neid vajadusel veebipõhiselt; 3) teab, mis on e-õpe ja kasutab e-õppe keskkonna Moodle traditsioonilisi tegevusi ja vahendeid; 4) loob originaaltöid (pilt, video, audio vm) rakendades informatsiooni kogumiseks, hindamiseks ja kasutamiseks digitaalseid vahendeid; 5) kasutab teadlikult veebimaterjale kätitudes seaduslikult ja eetiliselt; 6) kasutab digitaalseid vahendeid (s.h digitaalne arengumapp) oma loomingu edastamiseks ja erialase arengu reflekteerimiseks; 7) kasutab digitaalset meediat ja keskkondi suhtlemiseks ning koostööks; 8) leiab ja rakendab digitaalseid vahendeid praktiliste oskuste arendamiseks; 9) on teadlik erinevatest õppimist toetavatest ja reguleerivatest dokumentidest Tartu Tervishoiu kõrgkoolis; 10) kasutab sihipäraselt Tartu Tervishoiu Kõrgkooli kodulehte, siseveebi, ÕIS'i ja leiab ning kasutab vajalikku informatsiooni.		
<b>Õppematerjalid</b>		
1. Õppejõu juhendmaterjalid on edastatud digiajastu võimalustega.		

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
<b>5</b>	<b>Vene keel</b>	<b>3 EKAP</b>	<b>Olga Jagintseva</b>
Eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane omandab teadmised ja oskused vene keelt kõneleva kliendi mõistmiseks ja juhendamiseks.		
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad.		
Mooduli hindamine ja hindamismeetodid	Moodul hinnatakse mitmeeristavalt. Hindamismeetodid: dialoogi koostamine ja dialoogis osalemine. Teksti koostamine ja mõistmine, grammatikareeglite rakendamine. Hindamisülesanne: õpilane osaleb vastavalt ülesandele dialoogis häälendamise põhimõtteid, peamisi grammatikareegleid rakendades ja erialast terminoloogiat kasutades.		
<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>		
Õpilane rakendab suhtlemisel vene keele peamisi grammatikareegleid, häälendamise	<b>Õpilane:</b> 1) mõistab lihtsat kuulatud või loetud teksti ja annab edasi selle sisu häälde- ja grammatikareegleid rakendades; 2) esitab lihtsa seostatud teksti erialasel teemal, küsib küsimusi ja vastab küsimustele.		



põhimõtteid ning kasutab erialast terminoloogiat.	
Õppetöö vormid ja meetodid	Praktikum, iseseisev töö, e-õpe, praktiline harjutamine, kuulamine, kõnelemine, kirjutamine, tõlkimine.
<b>Teemad ja alateemad</b>	
MA15-031	1. Grammatika. 2. Häälamine. 3. Inimene: välimus ja iseloom. 4. Töö ja hobid. 5. Asutused. 6. Telefonivestlused. 7. Erialane terminoloogia. 8. Tervis.
	<b>3 EKAP</b> 78 tundi: (KÕ 40 t, IT 38 t)
<b>HINDAMINE</b>	
1. õpiväljund: Õpilane rakendab suhtlemisel vene keele peamisi grammatikareegleid, häälamise põhimõtteid ning kasutab erialast terminoloogiat.	
Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).	
Õpilane: 1) mõistab lihtsat kuulatud või loetud teksti ja annab edasi selle sisu hääluspõhimõtteid ja grammatikareegleid rakendades; 2) esitab lihtsa seostatud teksti erialasel teemal, küsib küsimusi ja vastab küsimustele.	
<b>Õppematerjalid</b>	
Замковая Н., Моисеенко И. (2009). Просто по-русски. Таллин: Кoolibri. Хаврони́на С.А., Широ́ченская А.И. (2007). Русский язык в упражнениях. Москва: Издательский центр «Академия». Raeste, E., Štšadneva, V., Vaigla, E., Karasjova, N. (2007). Vene-eesti tervishoiu ja sotsiaaltöö sõnastik. Tartu-Paide: Kuma. Schmidt, J. (2003). Vene keele grammatika käsiraamat. Tallinn: Koolibri. Ummus, H., Zenkovitš, J. (1995). Eesti-vene ja vene-eesti meditsiinivestmik. Tallinn: Pangloss.	

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
<b>6</b>	<b>Suhtlemine võõrkeeles (inglise/saksa keel)</b>	<b>3 EKAP</b>	<b>Karin Kõiv Tiia Pung</b>
Eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane omandab teadmised ja oskused inglise/saksa keelt kõneleva kliendi mõistmiseks ja juhendamiseks.		
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad.		
Mooduli hindamine ja hindamismeetodid	Moodul hinnatakse mitteeristavalt. Hindamismeetodid: dialoogi koostamine ja dialoogis osalemine. Teksti koostamine ja mõistmine, grammatikareeglite rakendamine. Hindamisülesanne: õpilane osaleb vastavalt ülesandele dialoogis häälamise põhimõtteid, peamisi grammatikareegleid rakendades ja erialast terminoloogiat kasutades.		
<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>		

Õpilane rakendab suhtlemisel võõrkeele peamisi grammatika-reegleid, hääldamise põhimõtteid ning kasutab erialast terminoloogiat.	Õpilane: 1) mõistab lihtsat kuulatud või loetud teksti ja annab edasi selle sisu häälduspõhimõtteid ja grammatikareegleid rakendades; 2) esitab lihtsa seostatud teksti erialasel teemal, küsib küsimusi ja vastab küsimustele.	
Õppetöö vormid ja meetodid	Praktikum, iseseisev töö, e-õpe, praktiline harjutamine, kuulamine, kõnelemine, kirjutamine, tõlkimine.	
<b>Teemad ja alateemad</b>		
MA15-032	1. Grammatika. 2. Hääldamine. 3. Inimene: välimus ja iseloom. 4. Töö ja hobid. 5. Asutused. 6. Telefonivestlused. 7. Erialane terminoloogia. 8. Tervis.	<b>3 EAP</b> 78 tundi: (KÕ 40 t, IT 38 t)
<b>HINDAMINE</b>		
1. õpiväljund: Õpilane rakendab suhtlemisel võõrkeele peamisi grammatikareegleid, hääldamise põhimõtteid ning kasutab erialast terminoloogiat.		
Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).		
Õpilane: 1. mõistab lihtsat kuulatud või loetud teksti ja annab edasi selle sisu häälduspõhimõtteid ja grammatikareegleid rakendades; 2. esitab lihtsa seostatud teksti erialasel teemal, küsib küsimusi ja vastab küsimustele.		
<b>Õppematerjalid</b>		
Deutsch im Krankenhaus <a href="http://www.klett-langenscheidt.de/_downloads/lupo/Deutsch-im-Krankenhaus-Neu_der-Online-Kurs_L%F6sungen.pdf">http://www.klett-langenscheidt.de/_downloads/lupo/Deutsch-im-Krankenhaus-Neu_der-Online-Kurs_L%F6sungen.pdf</a> Glendinning E. H., Howard R. (2007). Professional English in Use. Medicine. Cambridge: Cambridge University Press. Õppejõu poolt antavad lisamaterjalid.		

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
<b>7</b>	<b>Rahvatervis, tervisedenduse alused</b>	<b>2 EKAP</b>	<b>Liana Kurg</b>
Eesmärk	Õpetamisega taotletakse, et õppijad omandavad teadmised rahvatervise ja tervisedenduse alustest, peamistest tervist ja elukvaliteeti mõjutavatest näitajatest.		
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad.		
Mooduli hindamine ja hindamismeetodid	Moodul hinnatakse mitteeristavalt. Hindamismeetodid: struktureeritud kirjalik töö, situatsioonitülesande lahendamine.		
<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>		
Õpilane mõistab	Õpilane selgitab rahvatervise ja tervisedenduse põhimõtteid ning juhendab		

rahvatervise ja tervisedenduse põhimõtteid ning arvestab tervist mõjutavate teguritega patsiendi ja enda elukvaliteedi tagamisel.	vastavalt ülesandele patsienti elukvaliteedi kindlustamisel.	
Õppetöö vormid ja meetodid	e-õpe, arutelu, situatsioonülesande lahendamine.	
<b>Teemad ja alateemad</b>		
MA15-033	1. Tervist ja elukvaliteeti mõjutavad tegurid. 2. Enamlevinud terviseprobleemid. 3. Terviseprobleeme tekitav riskikäitumine. 4. Terviseprobleemide ennetamine.	<b>2 EKAP</b> 52 tundi: e-õpe
<b>HINDAMINE</b>		
1. õpiväljund: Õpilane mõistab rahvatervise ja tervisedenduse põhimõtteid ning arvestab tervist mõjutavate teguritega patsiendi ja enda elukvaliteedi tagamisel.		
Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).		
Õpilane selgitab rahvatervise ja tervisedenduse põhimõtteid ning juhendab vastavalt ülesandele patsienti elukvaliteedi kindlustamisel mõju tagajärgedele.		
<b>Õppematerjalid</b>		
Rahvatervise seadus, redaktsiooni jõustumise kuupäev 10.01.2015, otsing: <a href="https://www.riigiteataja.ee/tervikeksti_otsing.html">https://www.riigiteataja.ee/tervikeksti_otsing.html</a> Tervishoiuteenuste korraldamise seadus, redaktsiooni kehtivusaeg 01.03.2015 kuni 31.12.2015, otsing: <a href="https://www.riigiteataja.ee/tervikeksti_otsing.html">https://www.riigiteataja.ee/tervikeksti_otsing.html</a> Veidemann, T. (2007). Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring 2006=Health behavior. Tallinn: Tervise Arengu Instituut.		

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
<b>8</b>	<b>Eripedagoogika ja alternatiivkommunikatsiooni alused</b>	<b>2 EKAP</b>	<b>Tiina Uusma</b>
Eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane saab ülevaate erivajadustest ning erivajadusega inimeste juhendamise teoreetilistest alustest ja praktilistest võimalustest.		
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad.		
Mooduli hindamine ja hindamismeetodid	Moodul hinnatakse mitteeristavalt. Hindamismeetodid: Arutelu, analüüs. Hindamisülesanne: Õpimapi koostamine.		
<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>		
Õpilane: 1) teab erivajaduse liike ja olemust;	Õpilane: 1) selgitab vastavalt ülesandele erivajaduse olemust ja hindab toimetulekuvõimet;		
2) mõistab toetava keskkonna	2) selgitab vastavalt ülesandele alternatiivsete kommunikatsiooni-vahendite kasutamise vajadust ja võimalusi juhendamisel lähtuvalt		

kujundamise ning alternatiiv-kommunikatsiooni võtete rakendamise põhimõtteid erivajadusega inimese juhendamisel.	erivajaduse liigist ja raskusastmest; 3) kirjeldab vastavalt ülesandele toetava keskkonna loomise põhimõtteid lähtuvalt erivajaduse liigist ja raskusastmest.
Õppetöö vormid ja meetodid	e-õpe, arutelu, situatsioonülesande lahendamine.

### Teemad ja alateemad

MA15-034	1. Erivajadus: liigid ja raskusastmed. 2. Integreerimine ja kaasamine. 3. Kuulmine. 4. Nägemine. 5. Autism. 6. Intellektipuue. 7. Liikumispuue. 8. Liitpuue.	<b>2 EKAP</b> 52 tundi (KÕ 30 t, IT 22t)
----------	---	---

### HINDAMINE

1. õpiväljund: Õpilane teab erivajaduse liike ja olemust.

Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).

Õpilane selgitab vastavalt ülesandele erivajaduse olemust ja hindab toimetulekuvõimet.

2. õpiväljund: Õpilane mõistab toetava keskkonna kujundamise ning alternatiivkommunikatsiooni võtete rakendamise põhimõtteid erivajadusega inimese juhendamisel.

Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).

Õpilane:

- 1) selgitab vastavalt ülesandele alternatiivsete kommunikatsioonivahendite kasutamise vajadust ja võimalusi juhendamisel lähtuvalt erivajaduse liigist ja raskusastmest;
- 2) kirjeldab vastavalt ülesandele toetava keskkonna loomise põhimõtteid lähtuvalt erivajaduse liigist ja raskusastmest.

### Õppematerjalid

Häidkind, P. (2005) Varajane sekkumine. Haridus, 8.

Häidkind, P., Kuusik, Ü. (2009). Erivajadustega laps koolieelses lasteasutuses. Raamatus: Lapse arengu hindamine ja toetamine. Tallinn: REKK.

Kõrgesaar, J. (2002). Sissejuhatus hariduslike erivajaduste käsitusse. Tartu Ülikooli kirjastus.

Veisson, M. (2008). Lapsevanematele erivajadustega lastest. Atlex I-II.

Walburg, W.-R. (1998). Vaimupuudepedagoogika alused. Tartu Ülikooli kirjastus.

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
<b>9</b>	<b>Arengupsühholoogia</b>	<b>2 EKAP</b>	<b>Kaidi Kübar</b>
Eesmärk	Õpetamisega taotletakse, et õppijad mõistavad inimest kui psühhosotsiaalset tervikut ning lähtuvad klienti juhendades arengu psühholoogilistest seaduspärasustest.		
Nõuded mooduli	Puuduvad.		

alustamiseks	
Mooduli hindamine ja hindamismeetodid	Moodul hinnatakse mitmeeristavalt. Hindamismeetodid: situatsioonülesande lahendamine.
<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>
Õpilane mõistab inimest kui psühhosotsiaalset tervikut ja tema arengu seaduspärasusi.	Õpilane kirjeldab vastavalt ülesandele inimest kui psühhosotsiaalset tervikut ja seostab tema käitumist arengu seaduspärasustega.
Õppetöö vormid ja meetodid	Loeng, seminar, iseseisev töö, e-õpe, arutelu, situatsioonülesande lahendamine.
<b>Teemad ja alateemad</b>	
MA15-035	<p><b>1. Sissejuhatus psühholoogiasse.</b> 1.1. Üldpsühholoogia põhimõisted. 1.2. Psüühilised protsessid. 1.3. Psüühilised seisundid. 1.4. Isiksuse omadused.</p> <p><b>2. Arengufaktorid.</b> 2.1. Bioloogilised, sotsiaalsed, isiksuslikud faktorid. Mõju inimese kasvule ja arengule. 2.2. Inimene kui bio-psühhosotsiaalne tervik. 2.3. Arenguhälbed.</p> <p><b>3. Arenguteooriad.</b></p> <p><b>4. Lapse areng.</b> 4.1. Normaalsete arengutingimuste kujundamine lapseas ja selle mõju inimesele elukaare erinevatel perioodidel. 4.2. Käitumishäired. 4.3. Söömishäired.</p> <p><b>5. Noorus kui arenguetapp.</b> 5.1. Nooruse periodiseering. 5.2. Arenguülesanded ja kriisid.</p> <p><b>6. Täiskasvanuiga.</b> 6.1. Periodiseering, arenguülesanded ja kriisid.</p> <p><b>7. Vananemine ja surm.</b> 7.1. Psüühilised ja sotsiaalsed iseärasused hilises täiskasvanueas. Bioloogiliste muutuste mõju. 7.2. Eakate psüühikahäired. 7.3. Surm kui elukaare loomulik etapp.</p>
<b>2 EKAP</b> 52 tundi (KÕ 30 t, IT 22t)	
<b>HINDAMINE</b>	
1. õpiväljund: Õpilane mõistab inimest kui psühhosotsiaalset tervikut ja tema arengu seaduspärasusi.	
Hindamiskriteeriumid: mitmeeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).	
Õpilane kirjeldab vastavalt ülesandele inimest kui psühhosotsiaalset tervikut ja seostab tema käitumist arengu seaduspärasustega.	
<b>Õppematerjalid</b>	
Allik, J., Rauk, M. (2002). Psühholoogia gümnaasiumile. Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus. Allik, J., Realo, A., Konstabel, K. (2003). Isiksusepsühholoogia. Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus. Bachmann, T., Maruste, R. (2008). Psühholoogia alused. Tallinn: Ilo. Butterworth, G., Harris, M. (2002). Arengupsühholoogia alused. Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus. Mangs, K., Martell, B. (2000). Psühhoanalüütiline arengukäsitlus 0-20 eluaastani. Tartu: TÜ Kirjastus	

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
<b>10</b>	<b>Aktiviseerivad ja loovtegevused lastele</b>	<b>2 EKAP</b>	<b>Elviira Vool Kaidi Kübar</b>
Eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane arendab, juhendab ja aktiveerib last arvestades tema iga, tervislikku seisundit ja erivajadust, kasutab erinevaid suhtlemis- ja juhendamisevõtteid.		
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad.		
Mooduli hindamine ja hindamismeetodid	Moodul hinnatakse mitmeeristavalt. Hindamismeetodid: suuline esitus, arutelu, demonstratsioon. Hindamisülesanne: Õpilane hindab lapse toimetulekut ning planeerib, kavandab lapsele jõukohase aktiveeriva tegevuse.		
<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>		
Õpilane planeerib ja viib läbi last arendavaid ja aktiveerivaid loovtegevusi lapse sotsiaalse, kognitiivse ja füüsilise arengu seaduspärasusi arvestades.	Õpilane kirjeldab vastavalt ülesandele lapse sotsiaalset, kognitiivset ja füüsilist arengut arvestades tema toimetulekuvõimet, kavandab lapsele jõukohase aktiveeriva tegevuse ning juhendab last selle läbiviimisel.		
Õppetöö vormid ja meetodid	Seminar, iseseisev töö, e-õpe, arutelu, situatsioonülesande lahendamine.		
<b>Teemad ja alateemad</b>			
MA15-036	1. Loovuse mõiste. 1.1. Loovus ja andekus. 1.2. Toetava keskkonna kujundamine. 1.3. Loovus ja intelligentsus. 1.4. Loovuse arendamine. 1.5. Loovtegevused.	<b>2 EKAP</b> 52 tundi (KÕ 26 t, IT 26 t)	
<b>HINDAMINE</b>			
Õpiväljund: Õpilane planeerib ja viib läbi last arendavaid ja aktiveerivaid loovtegevusi lapse sotsiaalse, kognitiivse ja füüsilise arengu seaduspärasusi arvestades.			
Hindamiskriteeriumid: mitmeeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).			
Õpilane kirjeldab vastavalt ülesandele lapse sotsiaalset, kognitiivset ja füüsilist arengut arvestades tema toimetulekuvõimet ning planeerib kavandab lapsele jõukohase aktiveeriva tegevuse.			
<b>Õppematerjalid</b>			
Einon, D. (2003). Loov laps. Tallinn: Varrak. Kees, P. (1990). Täiskasvanu ja väikelaps. Tallinn: Valgus. Pittelkow, K., Jacob, A. (2004). Andekas laps. Tallinn: Väike Vanker. Spivakovskaja, A. (1986). Mäng on tõsine asi. Tallinn: Valgus.			

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
<b>11</b>	<b>Aktiviseerivad ja loovtegevused eakatele</b>	<b>2 EKAP</b>	<b>Kaidi Kübar Tiiu Lepp</b>
Eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane arendab, juhendab ja aktiviseerib eakat arvestades tema iga, tervislikku seisundit ja erivajadust, kasutab erinevaid suhtlemis- ja juhendamisevõtteid.		
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad.		
Mooduli hindamine ja hindamismeetodid	Moodul hinnatakse mitteeristavalt. Hindamismeetodid: Arutelu, suuline esitlus, demonstratsioon. Hindamisülesanded: Õpilane hindab eaka toimetulekut ning planeerib kavandab talle jõukohase aktiviseeriva tegevuse.		
<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>		
Õpilane planeerib ja viib läbi aktiviseerivaid loovtegevusi eaka vajadusi ja tegevusvõimet arvestades.	Õpilane kirjeldab vastavalt ülesandele eaka tegevusvõimet, kavandab jõukohase aktiviseeriva tegevuse ning juhendab eakat selle läbiviimisel.		
Õppetöö vormid ja meetodid	Seminar, iseseisev töö, e-õpe, arutelu, situatsioonülesande lahendamine.		
<b>Teemad ja alateemad</b>			
MA15-037	<b>Teema 1. Aktiviseerivad tegevused.</b> 1.1. Eakate inimeste aktiviseerimise võimalused ja tähtsus. 1.2. Tegevusteraapia alused. 1.3. Eakate võimlemine. 1.4. Seniortants. 1.5. Käelised tegevused. 1.6. Loovtegevused tegevusvõime säilitamisel.	<b>2 EKAP</b> 52 tundi (KÕ 26 t, IT 26 t)	
<b>HINDAMINE</b>			
1. õpiväljund: Õpilane planeerib ja viib läbi aktiviseerivaid loovtegevusi eaka vajadusi ja tegevusvõimet arvestades.			
Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).			
Õpilane kirjeldab vastavalt ülesandele eaka tegevusvõimet, kavandab jõukohase aktiviseeriva tegevuse ning juhendab eakat selle läbiviimisel.			
<b>Õppematerjalid</b>			
Pool, R. (2011). Treeni terviseks koos minuga. Tallinn: Varrak. Saks, K. (1998). Noorest saab vana. Tartu: Tartumaa Trükikoda.			

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
<b>12</b>	<b>Isiklik tervis kui edu alus</b>	<b>2 EKAP</b>	<b>Inge Paju</b>
Eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane omandab teadmised tervisekäsitlustest ning hindab enda toitumiste ning füüsilise aktiivsuse seost tervisega.		

Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad.	
Mooduli hindamine ja hindamismeetodid	Moodul hinnatakse mitteeristavalt. Hindamismeetodid: dialoogi koostamine ja dialoogis osalemine. Teksti koostamine ja mõistmine, grammatikareeglite rakendamine. Hindamisülesanne: enda tervise kaardistamine ja tervise tugevdamiseks vajalike valdkondade väljaselgitamine.	
<b>Õpiväljundid</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>	
Õpilane selgitab erinevaid tervise-definitsioone ja mõtestab tervislikku heaolu erinevatel tasanditel ning seostab füüsilise, emotsionaalse, mentaalse, intellektuaalse ja vaimse dimensiooni seotust terviskäsitustes.	Õpilane: 1) selgitab erinevaid tervise definitsioone ning mõtestab tervislikku heaolu erinevatel tasanditel; 2) kirjeldab füüsilise, emotsionaalse, mentaalse, intellektuaalse ja vaimse dimensiooni seotust terviskäsitustes; 3) kirjeldab psühhosomaatilisi muutusi organismis ja nende mõju tervisele; 4) hindab stimulaatorainete mõju tervisele; 5) hindab enda toitumist ja füüsilist aktiivsust ning selle seost tervisega; 6) analüüsib enda tarbijakäitumist ja keskkonnatervislikku olukorda.	
Õppetöö vormid ja meetodid	Tõhustatud loeng e-toega, praktikum, iseseisev töö, e-õpe, arutelu, analüüs, hindamine.	
<b>Teemad ja alateemad</b>		
MA15-038	1. Tervise käsitluse erinevad definitsioonid ja tasandid. 2. Füüsiline, emotsionaalne, mentaalne, intellektuaalne ja vaimne dimensioon terviskäsituses. 3. Psühhosomaatika, stress ja distress. 4. Meelemürgid, nende toime. 5. Tervislik toitumine. 6. Füüsiline aktiivsus. Kehakaal. 7. Tarbija- ja keskkonnatervis.	<b>2 EKAP</b> 52 tundi (KÕ 26 t, IT 26 t)
<b>HINDAMINE</b>		
1. õpiväljund: Õpilane selgitab erinevaid tervisedefinitsioone ja mõtestab tervislikku heaolu erinevatel tasanditel ning seostab füüsilise, emotsionaalse, mentaalse, intellektuaalse ja vaimse dimensiooni seotust terviskäsitustes.		
Hindamiskriteeriumid: mitteeristav hindamine (positiivse hinnangu saamise aluseks on väljundi saavutamine lävendi tasandil).		
Õpilane: 1) selgitab erinevaid tervise definitsioone ning mõtestab tervislikku heaolu erinevatel tasanditel; 2) kirjeldab füüsilise, emotsionaalse, mentaalse, intellektuaalse ja vaimse dimensiooni seotust terviskäsitustes; 3) kirjeldab psühhosomaatilisi muutusi organismis ja nende mõju tervisele; 4) hindab stimulaatorainete mõju tervisele; 5) hindab enda toitumist ja füüsilist aktiivsust ning selle seost tervisega; 6) analüüsib enda tarbijakäitumist ja keskkonnatervislikku olukorda.		
<b>Õppematerjalid</b>		
Alter, S., Schiff, W. (2013). Essential Concepts for Healthy living. Burlington: Jones & Bartlett Learning. Vokk, R. (2013). Prillitoosi terviseraamat. Toit ja tervis. Tallinn: Cum Laude.		



\* Kood ÕISis - igal õppekaval algab ainekode õppekava lühendi tähega ning õppeainete loogilise järgnevuse alusel lisatakse järgi kolmekohaline number.