

## **Kosmeetilise näomassaaži kursus**

**Täienduskoolitusasutuse nimetus:** Neonilla Tervisekool

**Õppekava nimetus:** Kosmeetilise näomassaaži kursus

**Õppekavarühm:** Teraapia ja taastusravi

**Õppe kogumaht:** 40 ak/h (akadeemilist tundi), auditoorne õpe (12 ak/h) ja praktiline õpe (28 ak/h)

**Õppekava koostamise alus:** Massöör, tase 5 kutsestandard

**Nõuded õppingute alustamiseks / sihtgrupp :**

Isikud, kes soovivad omandada kosmeetilise näomassaaži teostamise baasoskused ja teooria.

Õppingute alustamiseks muud nõuded puuduvad.

**Õppe eesmärk:**

Õpetusega taotletakse, et kursuslane omandab kosmeetilise näomassaaži läbiviimiseks baasoskused, massaaži tehes lähtub kliendi eesmärgist, näidustustest, vastunäidustustest, massööri kutse-etikast, hügieeni, tööohutuse nõuetest ning klienditeeninduse heast tavast.

**Õpiväljundid:**

Kursuse lõpuks kursuslane oskab teha kosmeetilist näomassaaži rakendades õpitud teadmisi ja oskusi.

**Õppe sisu:**

- kosmeetilise massaaži ajalugu, eripära, toimed
- nahatüübid
- kosmeetilise näomassaaži näidustused ja vastunäidustused
- kosmeetilises näomassaažis kasutatavad kreemid, massaažiõlid, nenende toimed ja kasutamine
- massaažiks ettevalmistused, töökoht ja töövahendid
- kosmeetilise näomassaaži erinevad tehnikad, massaaži teostamine
- dekoltee piirkonna massaaži võtted ja tehnikad, massaaži teostamine

- näomassaaži teostamine vananenud ja elastsuse kaotanud näole
- kutse- eetika
- tööohutus

**Õppemeetod/id:** teoreetiline ja praktiline õpe

**Iseseisev töö:** Puudub

**Õppematerjalid:** • kosmeetilise näomassaaži konspekt

**Õppekeskkonna kirjeldus:**

Õppes kasutatakse järgmisi õppevahendeid: õlid, massaažilaud, massaažilaua kattepaber, käterätikud, jalarull, kätepaberid, desinfitseerimisvahendid.

**Nõuded õpingute lõpetamiseks, sh hindamise meetodid ja hindamiskriteeriumid:**

**Hindamise meetod :** Praktiline töö, kus kursuslane demonstreerib kupumassaaži

**Hindamiskriteeriumid:**

Kursuslane:

- töökoha ettevalmistus kosmeetilise näomassaaži teostamiseks juhendile vastavalt
- kosmeetilise näomassaaži teostamisel rakendab sobivaid tehnikaid, näonaha erinevustega, nahatüüpidega, omadustega ja näidustuste ning vastunäidustustega
- kasutab otstarbekalt töövahendeid, arvestab tööohutuse ja kutse- eetika nõuetega
- peale massaaži teostamist korrastab töökoha vastavalt juhendile

**Kursuse läbimisel väljastatav dokument:**

Tunnistus- kui õppija on läbinud hindamise ja saavutanud õpiväljundi/d

Tõend – kui õppija ei saavutanud õpiväljundit/deid

**Koolitaja:** Neonilla Vellend, Olesja Vellend