



Täienduskoolitusasutuse nimetus	Rakenduslik Massaaži- ja Teraapiakolledž
Õppekava nimetus	Acunova tehnika
Õppekavarühm	Teraapia ja taastusravi
Õppe kogumaht	14 akadeemilist tundi, s.h teoreetiline ja praktiline õpe, millest 12 tundi kontaktõpet ja 2 tundi iseseisvat tööd
Õppekava kood	108.01/26/TÕ
Õppekava koostamise alus	direktori käskkiri
Koolitaja	http://massaaz.ee/et/koolitajad
Kontaktandmed	info@massaaz.ee

Sihtgrupp: massöörid, massaažiterapeudid, kes soovivad omandada teadmisi ja oskusi Acunova tehnika rakendamisest erialases töös.

Nõuded õpingute alustamiseks: teadmised inimkeha ehitusest ja talitlusest.

Õppe eesmärk: õppija omandab baasteadmised ja praktilised oskused, mis võimaldavad eesmärgipäraselt ja tõhusalt rakendada Acunova tehnikat erialases töös erinevate valusündroomide, stressi ning organismi funktsionaalsete häirete leevendamiseks.

Õpiväljundid:

Õppija

- 1) kirjeldab Acunova tehnikat ja selle eesmärgi;
- 2) selgitab Acunova tehnika toimepõhimõtteid ning kirjeldab näidustusi ja vastunäidustusi;
- 3) analüüsib kliendi seisundit ja koostab teraapiaplaani ning valib sobivad töövahendid;
- 4) rakendab Acunova tehnika võtteid vastavalt koostatud teraapiaplaanile järgides hügieeni ja tööohutuse nõudeid;
- 5) analüüsib teraapiaseansi mõju kliendile ja vajadusel kohandab tehnikaid arvestades kliendi seisundit.

Õppesisu:

- 1) Acunova meetodi eripära, ajalugu
- 2) erinevus võrreldes akupunktuuri/akupressuuri tehnikatega
- 3) baasteadmised mõjutamise tehnikatest, meetoditest ja ohutusest
- 4) kliendi seisundi hindamine ja teraapiaplaani koostamine (näidustused ja vastunäidustused, seansi ülesehitus, skeemid erinevate seisundite korral)
- 5) Acunova teraapia teostamine
- 6) töökoht ja töövahendid
- 7) hügieeni ja tööohutuse nõuded

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

Iseseisev töö:

Õppija

- 1) koostab iseseisvalt teraapiaplaani vastavalt eesmärgile ja juhendile;
- 2) analüüsib koostatud teraapiaplaani vastavalt omandatud teadmiste ja oskustele.

Õppematerjalide loend: Koolitaja poolt koostatud skeemid, töölehed ja praktiliste harjutuste juhendid.

Soovituslikud kirjandusallikad:

- 1) Püretski A. Anatoomia õpik. 2018
- 2) Acunova International Academy <https://acunova.org/>

Nõuded õpingute lõpetamiseks, sh hindamismeetodid ja hindamiskriteeriumid:

Hindamismeetod: Praktiline töö koos suulise analüüsi ja refleksiooniga – õppija demonstreerib Acunova tehnika kasutamist vastavalt juhendile rakendades teoreetilisi teadmisi ja praktilisi oskusi.

Hindamiskriteeriumid:

1) Protseduuri tehnika korrektsus:

- Õppija demonstreerib korrektset Acunova tehnika kasutamist, järgides juhendit ja kasutades õigeid võtteid.

Hindamisel kontrollitakse tehnika sooritamise täpsust ja sujuvust ning valitud teraapiavahendite sobivust vastavalt eesmärgile.

2) Kliendi seisundi analüüs:

- Õppija analüüsib kliendi seisundit enne teraapiaseansi alustamist ja koostab eesmärgipärase teraapiaplaani ning valib sobivad töövahendid.

Hindamisel kontrollitakse valitud tehnika ja vahendite vastavust kliendi individuaalsetele vajadustele ja seisundile. Õppija kirjeldab suuliselt skeemi ja sellega seonduvaid punkte, mida teraapiaseansil kasutab ning põhjendab nende valikut lähtudes näidustustest ja vastunäidustustest.

3) Hügieeni- ja tööohutuse nõuete järgimine:

- Õppija valmistab ette töökoha ja vahendid teraapia tegemiseks vastavalt juhendile.
- Õppija järgib hügieeni- ja tööohutuse nõudeid kogu teraapiaseansi vältel.

Hindamisel kontrollitakse töökoha ja vahendite ettevalmistust ja kasutamist, sobivate desinfitseerimisvahendite ja töövõtete kasutamist tagamaks nii enda kui ka kliendi ohutuse.

4) Teraapia tulemuslikkus ja kohandamine:

- Õppija analüüsib teraapiaseansi mõju kliendile ja teeb vajadusel seansi käigus kohandusi, lähtudes kliendi seisundist.

Hindamisel kontrollitakse õppija suutlikkust teraapiaseansi tulemusi analüüsida, teha vajadusel muudatusi ja kohandada tehnikaid. Õppija kirjeldab suuliselt teraapia mõju kliendile, tuues välja tehtud muudatused, soovitud edaspidiseks tegevuseks ja põhjendades neid. Õppija saab koolitaja poolt tagasisidet omandatud tehnikate sooritamise korrektsuse ja/või parendamise kohta.

Kursuse läbimisel väljastatav dokument: tunnistus – kui õppija on läbinud hindamise ja saavutanud õpiväljundi/d, tõend – kui õppija ei saavutanud õpiväljundit/deid

Õppekeskkonna kirjeldus: õpe toimub RMTK õppeklassis, milles on loodud tingimused antud õppe läbiviimiseks koos kõigi vajalike vahenditega.

Õppevahendid: projektor, arvuti, tahvel, massaažilaud, tool, käterätikud, jalarull, desinfitseerimisvahend, kätepaber.