Täienduskoolitusasutuse nimetus	Rakenduslik Massaaži- ja Teraapiakolledž
Õppekava nimetus	**Beebide ja väikelaste ujumine**
Õppekava kood	112.01/26/TÕ
Õppekavarühm	Teraapia ja taastusravi
Õppe kogumaht	20 akadeemilist tundi, s.h teoreetiline ja praktiline õpe, millest 16 tundi kontaktõpet ja 4 tundi iseseisvat tööd
Õppekava koostamise alus	Direktori käskkiri
Koolitaja	http://massaaz.ee/et/koolitajad
Kontaktandmed	info@massaaz.ee

Sihtgrupp: ujumistreenerid, füsioterapeutid, lasteaiaõpetajad, lastega töötavad spetsialistid, aktiivsed lapsevanemad ja kõik, kes soovivad spetsialiseeruda beebi- ja väikelaste ujutamise juhendamisele või teha karjääripööret laste ujumisvaldkonda.

Nõuded õpingute alustamiseks: beebi ja väikelaste anatoomia ja füsioloogia põhialused, valmisolek osaleda praktilises veetreeningus.

Õppe eesmärk: õppija omandab teadmised ja praktilised oskused, mis võimaldavad planeerida ja läbi viia turvalisi, arendavaid ning mängulisi beebi- ja väikelaste ujumistunde vanuses 3 kuud kuni 3 aastat, juhendada lapsevanemaid ning tagada basseinis ohutu õpikeskkond.

Õpiväljundid:
Õppija
1) **kirjeldab** beebide ja väikelaste ujumise põhimõtteid, eesmärke ning vee mõju lapse motoorsele, sensoorsele, emotsionaalsele ja sotsiaalsele arengule;
2) **selgitab** lapse arengutasemest lähtuvaid vajadusi ning rakendab vanusele sobivaid hoidmis-, toetamis- ja juhendamisvõtteid vees;
3) **planeerib** beebi- ja väikelaste ujumistunni, arvestades lapse vanust, arengutaset, tunni eesmärke ja metoodilisi põhimõtteid;
4) **viib läbi** beebi või väikelapse ujumistunni, kasutades sobivaid harjutusi, juhendamisvõtteid ning professionaalset suhtlemist lapse ja lapsevanemaga;
5) **tagab** basseinis ohutu õpikeskkonna, tegutseb vastavalt ohutusnõuetele ning analüüsib oma juhendamistegevust ja selle mõju.

Õppesisu:

1) Anatoomia ja füsioloogia: Imiku/väikelapse areng ja vee mõju arengule. Arengut toetavad tegevused vees vastavalt vanusele.
2) Suhtlemine vanematega: juhendaja roll, erinevad vanemad, erinevad lapsed
3) Praktilised võtted vees: Erinevad hoided, arengut toetavad harjutused, lapsevanemate turvaline juhendamine basseinis. Tunni juhendamine vees ja basseini äärest.
4) Ujumistunni metoodika: Kuidas tundi üles ehitada? Mis on lastele põnev ja vanematele toetav? Mida tund sisaldab? Millises järjekorras midagi teha? Beebide tunni eripärad. Väikelaste tunni eripärad.
5) Ohutus basseinis: Kuidas tagada basseinikeskkonnas maksimaalne turvalisus ja millele tuleb tähelepanu juhtida. Tegutsemine õnnetusjuhtumi korral.

Õppemeetod/id: teoreetiline ja praktiline õpe (loeng, demonstratsioon, grupitöö, juhendatud praktiline harjutamine, arutelu, küsitlus, analüüs, tagasiside).

Iseseisev töö: Ujumistunni kava koostamine beebidele ja väikelastele.

Õppematerjalide loend: koolitaja poolt koostatud konspekt koos harjutuste kirjeldustega.

Nõuded õpingute lõpetamiseks, sh hindamismeetodid ja hindamiskriteeriumid:
Hindamismeetod: praktiline töö koos suulise põhjendamise ja refleksiooniga
– õppija planeerib ja viib läbi beebi ja väikelapse ujutamistunni vastavalt juhendile, rakendades omandatud teoreetilisi teadmisi ja praktilisi oskusi.

Kompleksülesanne sisaldab:

1) lapse vanuse ja arengutaseme arvestamist;
2) ujumistunni eesmärgi püstitamist;
3) tunni tegevuste ja harjutuste planeerimist;
4) lapse ja lapsevanema juhendamist veekeskkonnas;
5) ohutusnõuete järgimist;
6) oma tegevuse analüüsimist ja reflekteerimist.

Hindamiskriteeriumid ja nende sidusus õpiväljunditega:

Õpiväljund	Hindamismeetod	Hindamiskriteeriumid
ÕV nr 1. Beebide ja väikelaste ujumise põhimõtted, eesmärgid ning vee mõju lapse arengule.	Suuline põhjendamine praktilise töö käigus	1) Õppija kirjeldab beebi- ja väikelaste ujumise eesmärke ja põhimõtteid. 2) Õppija selgitab vee mõju lapse motoorsele, sensoorsele, emotsionaalsele ja sotsiaalsele arengule. 3) Õppija seostab ujumistegevusi lapse arenguliste vajadustega.

ÕV nr 2. Lapse arengutasemest lähtuvad vajadused ning vanusele sobivad hoidmis- ja juhendamisvõtted.	Praktiline demonstratsioon koos suulise põhjendamisega	1) Õppija arvestab tegevuste valikul lapse vanust ja arengutaset. 2) Õppija demonstreerib korrektselt vanusele vastavaid hoidmis- ja toetamisvõtteid vees. 3) Õppija juhendab last ja lapsevanemat viisil, mis toetab lapse turvatunnet ja arengut.
ÕV nr 3. Beebi- ja väikelaste ujumistunni planeerimine.	Praktiline töö	1) Õppija koostab loogilise ujumistunni kava. 2) Õppija valib tunni eesmärkidele vastavad harjutused ja tegevused. 3) Õppija arvestab tunni planeerimisel lapse vanust, arengutaset ja ohutusnõudeid.
ÕV nr 4. Beebi või väikelapse ujumistunni läbiviimine ning professionaalne suhtlemine lapsevanemaga.	Praktiline demonstratsioon	1) Õppija viib ujumistunni läbi vastavalt koostatud kavale. 2) Õppija kasutab juhendamisel selgeid ja arusaadavaid töövõtteid. 3) Õppija suhtleb lapse ja lapsevanemaga professionaalselt, toetavalt ja lugupidavalt. 4) Õppija loob õppimist toetava ning positiivse õhkkonna.
ÕV nr 5. Ohutu õpikeskkonna tagamine ning juhendamistegevuse analüüsimine.	Praktiline demonstratsioon koos refleksiooniga	1) Õppija järgib basseinis kehtivaid ohutus- ja hügieeninõudeid. 2) Õppija kirjeldab võimalikke ohutegureid ning põhjendab nende ennetamise meetmeid. 3) Õppija tegutseb juhendaja rollis turvaliselt ja vastutustundlikult. 4) Õppija analüüsib oma juhendamistegevust ning kirjeldab tugevusi ja arenguvajadusi.

Õppekava seos kutsestandardiga:
Õppekava toetab lastega töötavate tervise-, heaolu- ja liikumisvaldkonna spetsialistide kutsealaste kompetentside arendamist, eelkõige ohutu õpikeskkonna loomise, kliendi ja lapse vajaduste arvestamise, juhendamisoskuste rakendamise, professionaalse suhtlemise ning tegevuste planeerimise ja läbiviimise valdkonnas. Õppekava toetab teadmiste ja oskuste täiendamist beebide ja väikelaste veetegevuste juhendamisel.

Koolitajakvalifikatsiooni kirjeldus:
Koolitajal on lastemassaaži, füsioteraapia, liikumisõpetuse, kehakultuuri või muu valdkonnaga seotud erialane haridus või kutsekvalifikatsioon, beebide ja väikelaste ujumise juhendamise kogemus ning täiskasvanute koolitamise kogemus.

Koolituse läbimisel väljastatav dokument:

1) **tunnistus** – kui õppija on läbinud hindamise ja saavutanud õpiväljundid.

Tunnistus kinnitab õppekavas kirjeldatud õpiväljundite saavutamist, kuid ei tõenda kutsekvalifikatsiooni ega anna iseseisvalt õigust osutada teenust kutsetegevusena.

2) **tõend** – kui õppija ei saavutanud õpiväljundeid.

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

Õppevahendid: nukud, ujumistunni vahendid.