***Lisa 16***

***KOOSKÕLASTATUD***

***kooli nõukogu poolt 25.03.2021***

***protokoll nr 1-2/8***

***KINNITATUD***

***direktori 25.03.2021***

***käskkirjaga nr 1-9/10***

KURESSAARE AMETIKOOLI SPAATEENINDAJA ÕPPEKAVA

MOODULITE RAKENDUSKAVA

90 EKAP

**SISUKORD**

[1. Sissejuhatus erialasse 2](#_Toc67226501)

[2. Õpitee ja töö muutuvas keskkonnas 5](#_Toc67226502)

[4. Kehahoolitsuste läbiviimine 10](#_Toc67226503)

[5. Spaahoolitsuste läbiviimine 14](#_Toc67226504)

[VALIKÕPINGUTE MOODULID 20](#_Toc67226505)

[7. Spaa teenuseid osutava ettevõtte tegevuse kavandamine 20](#_Toc67226506)

[8. Jumestuse läbiviimine 23](#_Toc67226507)

[9. Aktiivsed kehalised tegevused 25](#_Toc67226508)

[10. Spaahoolitsuste eritehnikad 27](#_Toc67226509)

[11. Turismimajanduse ja elamusturismi alused 28](#_Toc67226510)

[12. Näomaalingute kujundamine 30](#_Toc67226511)

[13. Ripsmetehnika 31](#_Toc67226512)

[14.Juuste hooldamine 32](#_Toc67226513)

[15. Depilatsioon 33](#_Toc67226514)

[16. Küünte kaunistamine 34](#_Toc67226515)

# **1. Sissejuhatus erialasse**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | | **SISSEJUHATUS ERIALASSE** | | **8 EKAP / 208 tundi,**  **sh praktika 1 EKAP / 26 tundi** |
| **Õpetajad:** | | | | |
| **Eesmärk:** õpetusega taotletakse, et õppija omandab teadmised spaateenindaja eriala olemusest, spaateenuste korraldamisest, et pakkuda kliendile turvalist ja lõõgastavat teenust. | | | | |
| **Nõuded mooduli alustamiseks:** puuduvad | | | | |
| **Õpiväljundid** | **Hindamiskriteeriumid** | | **Hindamismeetodid ja ülesanded** | **Mooduli teemad ja alateemad, lõimumine teiste moodulitega** |
| **ÕV 1.** omab ülevaadet spaateenuste pakkumisest ja spaateenindaja kompetentsidest | **HK 1.1.** leiab infot ja koostab elektrooniliselt ülevaate Eesti spaadest ja seal pakutavatest teenustest seostades pakutavat oma erialaga  **HK 1.2.** selgitab spaamiljöö loomise põhimõtteid kliendile lõõgastava mõju saavutamise eesmärgil | | **Iseseisev töö koos esitlusega**: rühmasiseselt jagada Eesti piirkonnad ja kaardistada olemasolevad spaahotellid koos pakutavate teenustega. Võrrelda pakutavaid teenuseid spaateenindaja kutsestandardist tulenevate tegevusnäitajatega.  **Rühmatöö koos esitlusega**: joonistada päevaspaa ruumijaotus. Skeemile paigutada töökohad /otsida pildimaterjali ja kirjeldada meeleolu loovast ja lõõgastust tagavast interjöörist.  **Lisada digiõpimappi** | 1. Spaateenindaja kutsestandard, õppekava järgi õpitavad kompetentsid, tegevused nende omandamiseks tasemeõppes. Oskuste lävendi mõiste spaateenuste omandamisel, hindamise mõiste laiapõhjalisus tasemeõppes. Kompetentside tõendamine kutseeksamil 2. Eesti spaatraditsioonide ja kuurortide teke. Erinevad spaatrendid ja nende eripära kujunemise põhimõtted 3. Spaahotellide järgu- ja kategoorianõuded 4. Spaapakettide koostamise põhimõtted ja pakkumine 5. Spaamiljöö ja selle loomise põhimõtted 6. Meeleolu loovad abivahendid (muusika, valgus jms) 7. Õppekäik spaaettevõttesse/ ilumessile 8. Digitehnoloogia kasutamine.  * Infootsingu mootorite kasutamine, kirjalike tööde vormistamise juhend, esitluse koostamise erinevad tööriistad. |
| **ÕV 2.** järgib tööprotsessis tööohutus- ja hügieeninõudeid ning annab esmaabi, kasutades ressursse ennast ja keskkonda säästvalt | **HK 2.1.** demonstreerib iseseisvalt töövahendite puhastamist ja desinfitseerimist, selgitab kasutatavate toimeainete ja aparaatide kasutamist, sh praktikal.  **HK 2.2.** koostab elektrooniliselt ülevaate ja selgitab nahahaiguste, bakterite, viiruste leviku piiramist läbi oma tegevuse  **HK 2.3.** selgitab ja demonstreerib töös tekkivate jäätmete käitlust, sh praktikal  **HK 2.4.** selgitab ja demonstreerib esmaabi andmist erinevate ohuolukordade puhul, sh praktikal | | **Esitlus koos suulise selgitusega**: puhastab ja steriliseerib kasutatud tööriistad selleks ettenähtud vahenditega, pöörates selgituses tähelepanu töö tehnoloogiale ja järjekorrale.  **Iseseisev töö koos seminariga:** koostab elektrooniliselt ülevaate oma erialases töös hügieeninõuete eiramisest tulenevatest ohtudest (nahahaigused, viirused, bakterid).  **Rühmatöös** valmib seminaril ohtude vältimise standardjuhend spaateenindajale.  **Lisada digiõpimappi** | 1. Töökeskkond ja selle nõuded 2. Bakterid, viirused ja nahahaigused ning nende leviku vältimine töökeskkonnas. Hügieeninõuete rakendamine (antiseptika ja aseptika, sterilisatsioon ja desinfektsioon, erinevad toimeained, erinevad aparaadid ja nende kasutamisvõimalused) 3. Käte pesemise tehnikad. Erinevad enesekaitsevahendid töös ja nende õige kasutamine. 4. Ohtlikud jäätmed ilusalongis ja nende käitlemine. 5. Esmaabi andmine. Ohuolukordade märkamine ja abi andmine |
| **ÕV 3.** koristab töökoha iseenda tervist, keskkonda säästvalt kasutades sobivaid puhastusaineid ja -vahendeid | **HK 3.1.** koostab elektrooniliselt ja esitleb koristusplaani  **HK 3.2.** puhastab ruumi põranda, muud pinnad ja esemed mustustest, kasutades sobivaid koristusmeetodeid, koristustarvikuid ja aineid, sh praktikal  **HK 3.3.** selgitab puhastusvahendite tervist säästva kasutamise põhimõtteid, demonstreerib ergonoomilisi töövõtteid | | **Koristamise demonstreerimine õppesalongis ja selgitus:** koristab oma töökoha ja ümbritseva ruumi vastavate seadmete ja puhastusvahenditega ergonoomilisi töövõtteid ja vahendeid kasutades:   * kraanikausi puhastamine; * põrandate jt pindade puhastamine; * töökoha korrastamine.   Arvutab puhastusvahendi kontsentratsiooni selgitades ohutusmeetmeid ja enda käitumist looduskeskkonna ning iseenda töövõime hoidmisel.  **Iseseisev töö:** koostada juhendamisel salongi elektrooniline koristusplaan.  **Lisada digiõpimappi** | 1. Koristustööde planeerimise alused ja koristusplaani koostamine 2. Ergonoomilised töövõtted 3. Puhastus- ja koristustööde tehnoloogia:  * Koristuses mõjuvad tegurid * Vesi koristuses * Keskkonnasõbralik koristamine  1. Koristusained  * Pakendid ja pakendi märgistus * Puhastusainete koostis ja valikud * Neutraalsed puhastusained * Happelised puhastusained * Leeliselised puhastusained * Desinfitseerivad puhastusained * Vaha ja parafiini eemaldusained  1. Koristusmeetodid  * Hoolduspuhastus. Kuivpuhastus. Väheniiske puhastus. Niiske puhastus. Märg puhastus * Tööde järjekord. Desinfitseerimine  1. Pinnakattematerjalid  * Pinnakattematerjalide valiku põhimõtted. Veekindlad põrandakattematerjalid * Veekindlate põrandate hooldus- ja põhipuhastus * Veetundlike põrandate hoolduspuhastus. Mööbli- ja seinakatted. Tekstiilkatted * Tööpinnad. Metall-, portselan-, fajanss- ja klaaspinnad.  1. Koristusmasinad ja seadmed ilusalongis, nende kasutamine 2. Praktika ettevõttes   **Moodul on lõimitud mooduliga**  Õpitee ja töö muutuvas keskkonnas |
| **Õppemeetodid** | loeng, õppekäigud, individuaalne ja rühmatöö, infootsing erinevatelt kodulehtedelt, materjalide kogumine ja süstematiseerimine, praktika | | | |
| **Kokkuvõtva hinde kujunemine** | **Kriteerium** | | **Arvestatud** (lävend) | |
|  | Iseseisva töö vormistamine. | | Vormistatud vastavalt „Kirjalike tööde vormistamise juhendile“ (tiitelleht, sisukord, alajaotused, kokkuvõte ja viitamised). | |
| Esitluse sisu, keelekasutus ja atraktiivsus kuulajale. | | Sisu on konkreetne, töö lahenduse mõttekäik on loogiline, illustratiivne, kuulaja kaasatust arvestav. Suuline ja kirjalik keelekasutus korrektne. Toodud näited on asjakohased. Esitlus mahub kokkulepitud aja piiresse. | |
| Koostöö esitlusel. | | Kõikidel rühmaliikmetel on võimalus ettekandmisel osaleda, täiendavatele küsimustele vastamisel abistatakse ja toetatakse teineteist. | |
| Omab ülevaadet õpitavast erialast ja kogukonna spaateenuse kättesaadavusest . | | Kirjeldab õpitavat eriala koostatud infomaterjali põhjal, omab ülevaadet õppetöö korraldusest. Rühmatöös valminu annab ülevaate juuksuritöö sisust ja kogukonna tööturul toimuvast. | |
| **Mooduli kokkuvõttev hindamine** | Mooduli õpiväljundite saavutatust hinnatakse **mitteeristavalt (arvestatud).** Õppija on omandanud mooduli õpiväljundid hindamiskriteeriumitega määratud tasemel; õpilane on sooritanud kõik hindamisülesanded, sh iseseisva töö ja praktika nõuetekohaselt ning õigeks tähtajaks. | | | |
| **Õppematerjal** | Health, Tourism and Hospitality: Spas, Wellness and Medical Travel by Melanie Smith and Laszlo Puczko 2013  Understanding the Global Spa Industry: Spa Management M. Cohen, G. Bodeker  The Spa Book (Hairdressing & Beauty Industry Authority) Jane Crebbin-Bailey, John Harcup and John Harrington 2004  <http://www.estonianspas.eu/>  <http://spaafan.jaager.net/>  <http://www.spaopportunities.com/>  <http://www.americanspa.com/spa-business/how-become-outstanding-spa-therapist>  <http://www.ncbtmb.org/code-ethics>  <http://www.massageschoolnotes.com/principles-of-ethics/>  <http://blog.globalspaandwellnesssummit.org/2013/10/a-defining-moment-issue-44-what-is-on-the-horizon-for-spa-and-wellness/>  <http://www.spafinder.com/about/press_release.jsp?relId=259>  <http://hotelexecutive.com/business_review/2022/spa-trends-now-and-in-the-future>  <http://voices.yahoo.com/the-three-keys-good-massage-light-atmosphere-652.html>  <http://www.doityourself.com/stry/tranquilmassageroom#b>  <http://selfavenue.com/how-to-create-a-relaxing-atmosphere/>  <http://www.massagetoday.com/mpacms/mt/article.php?id=14282>  Tervisekaitsenõuded ilu- ja isikuteenuste osutamisele <https://www.riigiteataja.ee/akt/172980>  <http://www2.hariduskeskus.ee/opiobjektid/nahahaigused/?AVALEHT>  Cemi Pharm - Esitlusmaterjal iluteenindajatele 2017  Roos, S., Err, S. (2012). P*uhastuse käsiraamat tervishoiuasutusele: tervishoiuasutustele kehtestatud nõudmisi järgides*. Tedex Eesti  Tamm, T., Kuura, E., Lapp, S. (2012). *Majapidamistöö majutusettevõttes.* Tallinn: Argo  Turner, A. (2011). *Kuidas olla täiuslik koduperenaine.* Tallinn: Ajakirjade Kirjastus. | | | |

# **2. Õpitee ja töö muutuvas keskkonnas**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **2** | | **Õpitee ja töö muutuvas keskkonnas** | | **5 EKAP /130 tundi** |
| **Õpetajad:** | | | | |
| **Eesmärk:** õpetusega taotletakse, et õppija kujundab oma erialast karjääri ja arendab eneseteadlikkust tänapäevases muutuvas keskkonnas, lähtudes elukestva õppe põhimõtetest | | | | |
| **Nõuded mooduli alustamiseks:** puuduvad | | | | |
| **Õpiväljundid** | **Hindamiskriteeriumid** | | **Hindamismeetodid ja ülesanded** | **Mooduli teemad, lõimumine teiste moodulitega** |
| **ÕV 1.** kavandab oma õpitee, arvestades isiklikke,  sotsiaalseid ja tööalaseid võimalusi ning piiranguid | **HK 1.1.** analüüsib juhendamisel oma huvisid, väärtusi, oskusi, teadmisi, kogemusi ja isikuomadusi, sh õpi-, suhtlemis- ja koostööoskusi õpitava eriala kontekstis  **HK 1.2.** sõnastab juhendamisel eneseanalüüsi tulemustest lähtuvad isiklikud õpieesmärgid ja põhjendab neid  **HK 1.3.** koostab juhendamisel isikliku eesmärgipärase õpitegevuste plaani, arvestades oma huvide, ressursside ja erinevate keskkonnateguritega | | **Iseseisev töö**: iseenda kompetentsipõhine analüüs (tugevused, väljakutsed, võimalused õpingutes ja tööturul).  **Iseseisev töö:** õpitegevuste plaan  **Praktiline töö:** tutvumine õpikeskkonnaga | **Õpitee kavandamine 1 EKAP**   * Eneseanalüüs ja enesejuhtimine * Eneseanalüüsi meetodid * Lühi-ja pikaajalised eesmärgid * Planeerimine * Kutsesüsteem ja kvalifikatsiooniraamistik * Õpitee kujundamise võimalused * Õpioskuste arendamine ja teadlik rakendamine * Enesemotivatsioon * Tagasiside küsimine ja vastuvõtmine |
| **ÕV 2.** mõistab ühiskonna toimimist, tööandja ja organisatsiooni väljakutseid, probleeme ning võimalusi | **HK 2.1.** selgitab meeskonnatööna turumajanduse toimimist ja selle osapoolte ülesandeid  **HK 2.2.** kirjeldab meeskonnatööna piirkondlikku ettevõtluskeskkonda  **HK 2.3.** selgitab regulatsioonidest lähtuvaid tööandja ja töövõtja rolle, õigusi ja kohustusi  **HK 2.4.** kirjeldab organisatsioonide vorme ja tegutsemise viise, lähtudes nende eesmärkidest  **HK 2.5.** valib enda karjääri eesmärkidega sobiva organisatsiooni ning kirjeldab selles enda võimalikku rolli  **HK 2.6.** seostab erinevaid keskkonnategureid enda valitud organisatsiooniga ning toob välja probleemid ja võimalused | |  | **Majanduskeskkond 1,5 EKAP**   * Ühiskond ja majandus * Jätkusuutlik majandus * Turumajandus alused * Ettevõtluskeskkond ja analüüs * Organisatsioonivormid, eesmärgid ja tegevus * Rühma- ja meeskonnatöö * Töökeskkond ja töökorraldus * Töökeskkonna ohutegurid * Töötamise õiguslikud alused * Töö tasustamine ja sotsiaalsed tagatised |
| **ÕV 3.** kavandab omapoolse panuse väärtusteloomisel enda ja teiste jaoks kultuurilises, sotsiaalses ja/või rahalises tähenduses | **HK 3.1.** analüüsib erinevaid keskkonnategureid ning määratleb meeskonnatööna probleemi ühiskonnas  **HK 3.2.** kavandab meeskonnatööna uuenduslikke lahendusi, kasutades loovustehnikaid  **HK 3.3.** kirjeldab meeskonnatööna erinevate lahenduste väärtust kultuurilist, sotsiaalset ja/või rahalist väärtust  **HK 3.4.** valib meeskonnatööna sobiva jätkusuutliku lahenduse probleemile  **HK 3.5.** koostab meeskonnatööna tegevuskava valitud lahenduse elluviimiseks | |  | **Väärtusloome 1,5 EKAP**   * Probleemianalüüs ja lahendus * Loovus ja loovustehnikad * Väärtusloome * Panustamine ühiskonnas * Projektitöö ja -juhtimine * Äriidee loomine ja hindamine * Ärimudeli koostamine * Disainmõtlemine * Seoste loomine, põhjused ja tagajärjed analüüs * Jätkusuutlikkus ja eetika |
| **ÕV4.** mõistab enda vastutust oma tööalase karjääri kujundamisel ning on motiveeritud ennast arendama | **HK 4.1.** analüüsib oma kutsealast arengut õpingute vältel, seostades seda lähemate ja kaugemate eesmärkidega ning tehes vajadusel muudatusi eesmärkides ja/või tegevustes  **HK 4.2.** kasutab asjakohaseid infoallikaid endale koolitus-, praktika- või töökoha leidmisel ning koostab kandideerimiseks vajalikud materjalid  **HK 4.3.** selgitab tegureid, mis mõjutavad tema karjäärivalikuid ja millega on vaja arvestada otsuste langetamisel lähtudes eesmärkidest ning lühi- ja pikaajalisest karjääriplaanist  **HK 4.4.** selgitab enda õpitavate oskuste arendamise ja rakendamise võimalusi muutuvas keskkonnas | | **Iseseisev töö**: Arengukava: minu kui Iluteenindaja kutsehaiguste ennetamine (eneseanalüüsi osa)  **Iseseisev töö**: karjääri plaan | **Karjääri kujundamine 1 EKAP**   * Karjääri kujundamine ja planeerimine * Lühi- ja pikaajaline karjääriplaan ja seda mõjutavad tegurid * Infoallikad * Töö, erinevad viisid ja vormid * Kandideerimine, värbamine, valik, dokumendid * Otsustamine * Enesejuhtimine |
| **Õppemeetodid** | loeng, rühmatööd, individuaalne töö, infootsing erinevatelt kodulehtedelt, materjali kogumine ja süstematiseerimine, projektitöö | | | |
| **Mooduli kokkuvõttev hindamine** | Mooduli õpiväljundite saavutatust hinnatakse **mitteeristavalt.** Õppija on omandanud mooduli õpiväljundid hindamiskriteeriumitega määratud tasemel; õpilane on sooritanud kõik hindamisülesanded, sh iseseisvad tööd nõuetekohaselt ja tähtajaks. | | | |
| **Õppematerjal** | Spaateenindaja kutsestandard: <http://www.kutsekoda.ee/et/kutseregister/kutsestandardid/10622201>  Karjääri planeerimise oskuste kujundamine kutseõppes. Õpetaja käsiraamat. SA Innove, 2014 <http://www.rajaleidja.ee/public/Suunaja/opetaja/Opetajaraamat_web_kaantega.pdf>  Karjääriõppe sidumine praktikaga. Töölehed, SA Innove, 2010 <http://www.rajaleidja.ee/public/Suunaja/Partnerkoolid/ope/Karjaarioppe_sidumine_praktikaga_Soovituslikud_abimaterjalid_VALMIS.pdf>  Karjääriplaneerimise materjalid: <http://www.rajaleidja.ee/karjaariplaneerimine-2/> , <http://www.tootukassa.ee/content/teenused>, <http://www.cvkeskus.ee/career.php>  Interaktiivne õppematerjal: <http://www.getset.fi/getset/ee>  Töölehed: <http://www.rajaleidja.ee/labivteema_karjaar/>  Karjääriõppe sidumine praktikaga. Töölehed, SA Innove, 2010 <http://www.rajaleidja.ee/public/Suunaja/Partnerkoolid/ope/Karjaarioppe_sidumine_praktikaga_Soovituslikud_abimaterjalid_VALMIS.pdf>  Ettevõtluse alused. SA Innove. 2007 <http://www.innove.ee/UserFiles/Kutseharidus/Ettev%C3%B5tlus%C3%B5pe/Ettev%C3%B5tluse%20alused%20%C3%B5pilasele.pdf>  Interaktiivsed materjalid Maksu- ja Tolliameti kodulehel [www.emta.ee](http://www.emta.ee) ja [www.eesti.ee](http://www.eesti.ee)  Ettevõtlusarendamise Sihtasutus [www.eas.ee](http://www.eas.ee)  Ettevõtluse ja äriplaani koostamise alused <http://www.e-ope.ee/_download/euni_repository/file/2168/Ettev6tlus_2011%20-tekst.pdf>  Maksu- ja Tolliamet [www.emta.ee](http://www.emta.ee)  Pree, S., Koppel, M. Teenindussuhtlemine. <http://web.zone.ee/sirpre/Teenindussuhtlemine%20-%20kliendikesksus%20rmt.doc>  Rahandusministeerium [www.fin.ee](http://www.fin.ee)  Suppi, K. (2013). *Ettevõtlusõpik - käsiraamat.* Tartu: Altex  Võlaõigusseadus <https://www.riigiteataja.ee/akt/111062013009>  Äriseadustik <https://www.riigiteataja.ee/akt/102072013063>  Töökeskkonna käsiraamat <http://www.ti.ee/ott/raraamat.pdf>  Töölepinguseadus (e-käsiraamat) <http://www.xn--tiguskoolitus-3lboa.eu/front/et_EE/>  Töötervishoiu ja tööohutuse seadus. <https://www.riigiteataja.ee/akt/106072012060>  Materjal „Töökeskkonnad“ <https://www.eesti.ee/est/teemad/ettevotja/tookeskkond_ja_personal/tookeskkond>  Bolton, R. (2005). *Igapäevaoskused.* Tartu: Väike Vanker | | | |

**3. Praktiline kliendi teenindamine**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **3** | | **PRAKTILINE KLIENDI TEENINDAMINE** | | **17EKAP / 442 tundi,**  **sh praktika 3 EKAP / 78 tundi** |
| **Õpetajad:** | | | | |
| **Eesmärk:** Õpetusega taotletakse, et õpilane mõistab ja väärtustab kliendikeskset teenindust ning enda kui klienditeenindaja rolli, suhtub erinevatesse kliendirühmadesse lugupidavalt, lähtub teenindamisel eetika- ja konfidentsiaalsuse põhimõtetest | | | | |
| **Nõuded mooduli alustamiseks:** läbimisel moodul „Kehahoolitsuste läbiviimine“, „Iluhoolitsuste läbiviimine“ | | | | |
| **Õpiväljundid** | **Hindamiskriteeriumid** | | **Hindamismeetodid ja ülesanded** | **Mooduli teemad ja alateemad, lõimumine teiste moodulitega** |
| **ÕV 1.** mõistab kliendi vajadustele ja soovidele orienteeritud teenindamise tähtsust spaateenuste pakkumisel, klienditeenindusliku suhtlemise tavasid ja rollijaotust meeskonnas | **HK 1.1.** kirjeldab suhtlemise ja klienditeeninduse põhimõtteid ja häid tavasid, seostab näidete abil oma kogemustega  **HK 1.2.** lahendab õpitule toetuvalt tavapärase suhtlussituatsiooni (sh inglise keeles) lähtuvalt kliendi vajadustest ja soovidest, sh praktikal  **HK 1.3.** lahendab keerulise klienditeenindusliku juhtumi arvestades koostatud teenindusstandardeid, kliendi kultuurilist eripära, sh inglise keeles ja praktikal | | **Rühmatöö:** koostada teenindusstandardid ja lahendada situatsiooniülesanded (tavapärase ja keerulisema, sh kultuurilisest eripärast tulenev) eesti ja inglise vm keeles  **Teenindusstandardid lisada digiõpimappi** | 1. **Klienditeeninduse alused**  * Teeninduse olemus ja peamised mõisted teeninduses * Erinevatest kultuuridest tulenevad eripärad ja nendega arvestamine hoolitsuste läbiviimisel  1. **Teeninduseetika ja teenindaja roll**  * Isikuomadused (firma saladus, konfidentsiaalsus kliendi ja ettevõtte suhtes, hea tava). Klienditeenindaja välimuse tähendus teeninduses. Telefoni suhtlus ja teenindamine  1. **Teenindussõnavara ja suhtlustehnikad**  * Suhtlemisteemad: verbaalne ja mitteverbaalne, vahetu- ja vahendatud, ametlik ja mitteametlik, koosolekud ja läbirääkimised, kirjalik suhtlemine, telefoniga suhtlemine * Suhtlemisbarjäär ja hirm, isikutaju eripära ja seda mõjutavad tegurid, positiivne minapilt * Teenindaja otsuse mõjutegurid  1. **Meeskonnatöö teenindusasutuses**  * Enim teenindust mõjutavad tegurid * Teenindamisest keeldumine * Kiitused ja veaolukorrad teeninduses, nende lahendamine * Meeskonnatöö teenindamisel, rollide jaotus, omavahelise kommunikatsiooni head tavad * Klienditeeninduse standardi tähtsus kui kokkulepete kogum meeskonnatöös  1. **Eriliste teeninduslike** **vajadustega klientide teenindamine**  * Erivajadusega inimesed, lapsed, teismelised, eakad, erinevatest kultuuridest inimesed  1. Klienditeenindus  * inglise – 3 EKAP * muus võõrkeeles (vene, soome) – 3 EKAP |
| **ÕV 2.** järgib klienditeeninduse head tava praktilises töös, administraatori rollis sobitab ajaliselt hoolitsused ja selgitab sisu | **HK 2.1**. õpitule toetuvalt teenindab, suunab ja juhendab klienti spaahoolitsuste valikul, vastab sisulistele küsimustele sh inglise vm keeles ja praktikal  **HK 2.2**. selgitab lõõgastuse vajadust peale spaahoolitsust, kirjeldab võimalikke variante, sh inglise vm keeles ja praktikal  **HK 2.3.** tutvustab valitud spaahoolitsusega seotud tooteid, sh inglise vm keeles ja praktikal  **HK 2.4.** küsib tagasisidet teenuse kohta, sh inglise vm keeles ja praktikal | | **Demonstreerib** administraatori rollis kliendi vastuvõttu, soovide ja ootuste kuulamist arvestab kultuurilist eripära, vastab küsimustele, juhendab ja suunab klienti ruumides liikumisel, hoolitsuse lõppedes pakub lõõgastavaid tegevusi, küsib tagasisidet, soovitab hooldustoodet. Rahaga arveldamine. Telefoni teel kliendiga suhtlemine.  **Individuaalne kirjalik töö**: lähtuvalt juhendist planeerida sobivad tooted ja spaateenused. Hinna ja kvaliteedi suhte selgitamine.  **Eneseanalüüs:** mina kui teenindaja  **Lisada digiõpimappi** | 1. **Administraatori töö alused**  * Klienti vastuvõtt, soovide väljaselgitamine, hoolitsuste pakkumine ja valiku sisuline tutvustamine * Paketid ja eripakkumised. Administraatoritöö –   dokumenteerimine, kassaaparaadi kasutamine   1. **Lõõgastava miljöö loomine** **salongis**  * Sobiva muusika jm rahulolu tekitavate elementide kasutamine ja kliendile pakkumine  1. **Hooldustoodete valimine**  * Eripära terviseriskidest lähtuvalt. Toote hinna ja kvaliteedi suhte selgitamine |
| **ÕV 3.** nõustab klienti ja teostab tulemuslikku müüki | **HK 3.1.** koostab reklaamteksti ühele valitud hooldustootele eesti ja inglise vm keeles  **HK 3.2**. soovitab kliendile sobivat toodet ja müüb kasutades sobivat müügitaktikat, sh inglise vm keeles ja praktikal  **HK 3.3**. nõustab ja juhendab klienti toodete valimisel ja kodusel kasutamisel, sh inglise vm keeles ja praktikal | | **Praktiline töö:** müügitoodete pakkumine ja müük; koostada kirjalik toote reklaam, esitleda seda suuliselt suhelda potentsiaalse ostjaga | 1. **Müügitöö põhimõtted** ja tulemuslik müük  * Toote tutvustamine, reklaam, AIDAS meetod * Müügimeetodid ja müügitsükkel * Müügiprotsessi mõjutamine |
| **ÕV 4.** käitub vastastikust suhtlemist toetaval viisil | **HK 4.1.** kasutab situatsiooniga sobivat verbaalset ja mitteverbaalset suhtlemist nii ema- kui võõrkeeles  **HK 4.2.** kasutab eri suhtlemisvahendeid, sh järgib telefoni- ja internetisuhtluse head tava  **HK 4.3.** järgib üldtunnustatud käitumistavasid  **HK 4.4.** selgitab tulemusliku meeskonnatöö eeldusi  **HK 4.5.** kirjeldab juhendi alusel meeskonnatööna kultuurilisi erinevusi suhtlemisel | | **Seminar:** kogemusest õpitu analüüs praktiliste harjutuspäevade, praktikakogemuse ja läbi töötatud kirjanduse baasil | 1. **Suhtlemise alused**  * Baasilised suhtlemisoskused: kontakt, aktiivne kuulamine, selge eneseväljendamine * Suhtlemise kompleksoskused: kehtestav käitumine, veenmine, konflikti reguleerimine, tagasisidestamine * Suhtlemisvahendid: verbaalsed ja mitteverbaalsed * Rolli valik sõltuvalt situatsioonist (ametlik, mitteametlik jne) * Konfliktid ja veaolukorrad ning nende tekkepõhjused. Toimetulek konfliktidega * Meeskonnatöö põhimõtted |
| **Õppemeetodid** | loeng, individuaalne ja rühmatöö, praktiliste harjutamine ja olukordade analüüs, rollimängud, eneseanalüüs, praktika | | | |
| **Kokkuvõtva hinde kujunemine** | **Kriteerium** | | **Arvestatud** (lävend) | |
|  | Kuulab kliendi soove ja lähtub sellest teenuste ja toodete pakkumisel | | Kuulab kliendi lõpuni, esitab täpsustavaid küsimusi. Kasutab erialast terminoloogiat, selgitab kliendist lähtuvalt korrektses eesti nii vahetult kui telefoniga suheldes. Enne teenindama asumist veendub teenuse/toote sobivuses kliendile. Võõrkeeles suhtlemisel võib vajada vähest abi. | |
| Rahaga arveldamine | | Rahaga arveldamine täpne ja korrektne. Tipi saamisel lähtub asutuse kodukorrast | |
| Situatsioonide lahendamisel toetub õpitule | | Kasutab teenindusstandardit situatsiooni positiivsel lahendamisel. | |
| Müügistrateegiate kasutamine, kliendi nõustamine | | Osaleb protsessis aktiivselt, lähtub nõustamisel võidan-võidad strateegiast | |
| **Mooduli kokkuvõttev hindamine** | Mooduli õpiväljundite saavutatust hinnatakse **mitteeristavalt**. Õppija on omandanud mooduli õpiväljundid hindamiskriteeriumitega määratud tasemel; õpilane on sooritanud kõik hindamisülesanded, sh iseseisva töö ja praktika nõuetekohaselt ning tähtajaks. | | | |
| **Õppematerjal** | Tooman, H., Mae, A. (1999). *Inimeselt inimesele.* Tallinn: Avita  Tooman, H. (2003). *Teenindusühiskond, teeninduskultuur ja klienditeeninduse õppe kontseptuaalsed lähtekohad.* Tallinn: TPÜ Kirjastus  Naessen, L. (2001). *Parem teenindamine.* Tallinn: Avita  Karjatse, M. (1998). *Miks klient rahul ei ole?* Tallinn: Ilo  Tschohl, J. (1997). *Teeninduskunst.* Tallinn: Koolibri  Oja, A.(koostaja 2005). *Klienditeenindus valguses ja varjus.* Tallinn: Äripäeva Kirjastus  Mitchell, J. (2004). *Kallista oma kliente*. Tallinn: Varrak  Mitchell, J. (2009). *Kallista oma töökaaslasi.* Tallinn: Varrak  Disney Instituut. (2003). *Ole meie külaline. Klienditeeninduse täiuslikustamise kunst*. Tallinn: Varrak  Storbacka, K., Lehtinen, J. (1997). *Klientsuse reeglid või tants klientide pilli järgi.* Tallinn: Aspectum  Wilson, C. (2003). *Tulusad kliendid. Kuidas neid ära tunda, arendada ja hoida.* Tallinn: Eesti Ekspress Kirjastus  Kristel, J. (1998). *Müügiprotsessi seitse astet*. Tallinn: Elmatar  Bolton, R. (2005) *Igapäevaoskused.* Tartu: Väike Vanker | | | |

# **4. Kehahoolitsuste läbiviimine**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **4** | | **KEHAHOOLITSUSTE LÄBIVIIMINE** | | **15 EKAP / 390 tundi,**  **sh praktika 6 EKAP / 156 tundi** |
| **Õpetajad:** | | | | |
| **Eesmärk:** õpetusega taotletakse, et õpilane viib läbi keha- ja massaažihoolitsusi, et luua kliendile emotsionaalne heaolutunne, arvestab kliendi kultuurierisustega ning järgib kliendikeskse teeninduse põhimõtteid. | | | | |
| **Nõuded mooduli alustamiseks:** puuduvad | | | | |
| **Õpiväljundid** | **Hindamiskriteeriumid** | | **Hindamismeetodid ja ülesanded** | **Mooduli teemad, lõimumine teiste moodulitega** |
| **ÕV 1**. selgitab välja kliendi naha- ja kehatüübi eripära, soovid ja ootused hoolitsusele ning nõustab sobivate hoolitsuste ja nende järjestuse valikul | **HK 1.1.** demonstreerib kliendi naha ja kehatüübi eripära välja selgitamist ja visuaalset hindamist  **HK 1.2.** kirjeldab erinevate hoolitsuste omavahelist sobitamist vastavalt hoolitsuste spetsiifikale ja spaateenuste mõistliku tarbimise põhimõtetele arvestades kliendi soove, ootusi ja kultuurilist eripära, kasutades erialast sõnavara ka inglise jm keeles ja praktikal | | **Individuaalne töö:** koostada kliendikaart keha- ja nahatüübi probleemide väljaselgitamiseks  **Lisada digiõpimappi**  **Paaristöö**: selgitada massaaži- ja kehahoolitsuste toimet organismile kasutades erialast terminoloogiat eesti- ja inglise keeles. Koostada kliendi soovide, kultuurilise eripära, näidustuste ja vastunäidustuste põhjal (õpetaja poolt koostatud ülesanne) kehahoolitsuste pakett, selgitada hoolitsuste omavahelist sobivust ja mõistlikkust, nõustada edaspidise hoolitsuse osas eesti ja inglise vm keeles  **Lisada digiõpimappi** | 1. **Keha- ja massaažihoolitsuse alused**  * Erialane terminoloogia * Toime: mehhaaniline, neuroreflektoorne, humoraalne, psühholoogiline.  1. **Nahk**  * Naha ehitus ja talitlus * Nahahaigused (allergilised nahapõletikud, nakkavad nahahaigused, nahakasvajad, süsteemsed nahahaigused, naha lööbe elemendid jms) * Spetsialistide kaasamise vajaduse hindamine * Nakkuse vältimine, isikliku ja tööhügieeni osatähtsus  1. **Töö kliendiga**  * Näidustused ja vastunäidustused hoolitsuse kriteeriumina * Kliendi tervisseisundi hindamine. Naha- ja kehatüübi eripära. Erinevate kehapiirkondade probleemid (rasvumine, tselluliit, venitusarmid, veenilaiendid jt) * Kliendi nõustamine: kehahoolitsuste valik ja omavaheline sobivus ning spaateenuste tervikpildis. Kliendi nõustamine spetsialisti juurde suunamisel  1. **Esmaabi keha- ja massaažihoolitsuses** 2. **Praktika** |
| **ÕV 2**. omab ülevaadet massaaži- ja kehahoolitsustes sagedamini kasutatavatest kosmeetilistest toodetest ja nõustab klienti toodete valikul | **HK 2.1.** selgitab erialasele kirjandusele toetuvalt kosmeetiliste toodete mõju organismile ja keskkonnale  **HK 2.2.** nimetab erialasele kirjandusele toetuvalt kosmeetiliste toodete näidustusi ja vastunäidustusi ning põhjendab kliendile sobiva hoolitsuse valikut sh inglise vm keeles ja praktikal  **HK 2.3.** valib iseseisvalt kaks erinevat looduskosmeetika toodet , selgitab toimet ja võrdleb neid samalaadsete tavakosmeetika toodetega  **HK 2.4.** selgitab keskkonnasäästliku eelistusega kliendile pakutavaid looduskosmeetika toodete erisust | | **Rühmatöö:** koostada elektrooniline ülevaade Eestis pakutavatest professionaalsetest keha- ja massaažitoodetest. Selgitada vabalt valitud kahe erineva toote näidustusi ja vastunäidustusi ja nõustada ostjat/klienti.  **Lisada digiõpimappi**  **Iseseisev töö:** koostadainternetist otsitud info põhjal kahe tava- ja looduskosmeetikumi võrdlus (nt kasutades Skin Deep andmebaasi)  **Individuaalne töö**: valmistada vähemalt kaks looduskosmeetika toodet, selgitada koostist ja leida rollimängus tootele sobiv tarbija | **Kosmeetikumid ja hooldustooted**   1. **Eeterlikud õlid**  * Toime organismile, valmistamise meetodid, kasutamise võimalused, säilitamine ja ohutu töötamine (keskkonna riskide maandamine). Näidustused ja vastunäidustused eeterlike õlide kasutamisele  1. **Baasõlid**  * Toime organismile, taimsed külmpressitud baasõlid , leotatud õlid, muud baasmaterjalid (baaskreemid, geelid, hüdrolaadid jt) * Eeterlike õlide segamine baasmaterjalidega  1. **Kosmeetilised tooted**  * Põhikoostis ja toime nahale, massaažiks kasutatavad tooted ja nende toime nahale, massaažiõlid, kreemid ja emulsioonid * Ohtlikud ained ja allergeenid kosmeetikatoodetes ja nende mõju organismile  1. **Looduskosmeetika, biokosmeetika ja orgaaniline kosmeetika erinevused**  * Mahetoodetud ja looduslikud koostisosad ja nende toime organismile, säilitamine, välditavad koostisosad, sertifitseerimine  1. **Praktiline laboritöö**  * Looduskosmeetika valmistamine  1. **Õppekäik** kosmeetikatoodete hulgilattu/ ilumessile vms 2. **Toodete pakkumine, kliendi nõustamine ja müük hoolitsuse käigus** |
| **ÕV3.** viib läbi kehahoolitsuse kasutades sobivaid vahendeid, rakendab ergonoomilisi töövõtteid ning järgib tööohutuse- ja hügieeninõudeid | **HK 3.1.**valib ülesande põhjal kehahoolitsuseks sobivad tooted ja töövahendid ning põhjendab oma valikut arvestades kliendi tervislikku seisundit ja ootusi hoolitsusele, sh praktikal  **HK 3.2.**demonstreerib ülesande põhjal valitud kehahoolitsuse tegemist, selgitab selle mõju kliendi heaolule, järgib tööohutuse- ja hügieeninõudeid ning kasutab ergonoomilisi töövõtteid, sh praktikal | | **Demonstratsioon**: valida kehahoolitsuseks  sobivad tooted, töövahendid ning põhjendada oma valikut. Teha valitud kehahoolitsus järgides tööohutuse- ja hügieeninõudeid ning kasutada ergonoomilisi töövõtteid, selgitada kehahoolitsuse mõju kliendi heaolule eesti ja inglise vm keeles; nõustada klienti kehahooldustoodete valikul ja pakkuda toodet müügiks | 1. **Keha anatoomia ja füsioloogia alused keha- ja massaažihoolitsustes**  * Luud, lihased ning nende ehitus ning talitlus * Närvisüsteem * Lümfisüsteem * Vereringe  1. **Kehahoolitsuste ettevalmistamine**  * Tooted ja töövahendid * Tööohutus ja ergonoomika * Hügieeninõuded, desinfektsioon  1. **Kehahoolitsuse tegemine**  * Koorimine, mähkimine, võidmine. Praktiline harjutamine  1. **Hoolitsuse protsessi lõpetamine**  * Lõõgastuse pakkumine, kliendi nõustamine, toodete pakkumine müügi eesmärgil  1. **Praktika** |
| **ÕV4.** viib läbi massaažihoolitsuse kasutades sobivaid vahendeid, rakendab ergonoomilisi töövõtteid ning järgib tööohutuse- ja hügieeninõudeid | **HK 4.1.** valib ülesande põhjal massaažihoolitsuseks sobivad tooted, töövahendid ja abivahendid ning põhjendab oma valikut arvestades kliendi tervislikku seisundit ja ootusi hoolitsusele, sh praktikal  **HK 4.2.** demonstreerib ülesande põhjal valitud massaažihoolitsuse läbiviimist ja selgitab selle mõju kliendi heaolule, järgib tööohutuse- ja hügieeninõudeid ning kasutab ergonoomilisi töövõtteid, sh praktikal | | **Demonstratsioon**: valida massaažihoolitsuseks sobivad tooted, töövahendid ja abivahendid ning põhjendada oma valikut. Teha valitud massaažihoolitsus järgides tööohutuse- ja hügieeninõudeid ning kasutada ergonoomilisi töövõtteid, selgitada massaažihoolitsuse mõju kliendi heaolule eesti ja inglise vm keeles | 1. **Massaažihoolitsuse ettevalmistamine**  * Tooted ja töövahendid * Tööohutus ja ergonoomika * Hügieeninõuded, desinfektsioon  1. **Massaažihoolitsuse tegemine**  * Võtted ja suunad, järjekord, ergonoomika (tööasendid, tööliigutused, sundasendeid lõõgastavad harjutused), praktiline harjutamine  1. **Massaažihoolitsuse lõpetamine**  * Lõõgastuse pakkumine, kliendi nõustamine  1. **Praktika** |
| **Õppemeetodid** | loeng, õppekäik, laboritöö, individuaalne praktiline harjutamine, materjali kogumine ja süstematiseerimine, praktika | | | |
| **Kokkuvõtva hinde kujunemine** | **Kriteerium** | | **Arvestatud (lävend)** | |
|  | Kliendi eripära sobivus soovitud keha- või massaažihoolitsusele | | Kuulab kliendi lõpuni, esitab täpsustavaid küsimusi. Kasutab erialast terminoloogiat, selgitab kliendist lähtuvalt korrektses eesti nii vahetult kui telefoniga suheldes. Võõrkeeles suhtlemisel võib vajada vähest abi. Põhjendab hoolitsuse sobivuse hindamisel kliendi tervislikku seisundit (näidustusi ja vastunäidustusi) | |
| Hoolitsuse ettevalmistus ja lõpetamine | | Jälgib töö- ja isikliku hügieeni ning nõudeid töökeskkonnale. Kätepesu, ühekordsete vahendite kasutamine, ruumi ja töökoha ettevalmistamine enne ja pärast koristus. Tootepakendite puhastamine peale kasutamist. Kasutatud vahendite utiliseerimine (jäätmekäitlus). Teavitab klienti hoolitsuse käigust ja lõpust | |
| Keha- ja massaažihoolitsuse läbiviimine | | Kasutab õpitud töövõtteid õiges keha piirkonnas, viib hoolitsuse läbi järgides ergonoomikat. Ei ületa märkimisväärselt hoolitsuseks ettenähtud tööaega. Aitab ja juhendab klienti asendi vahetamisel. Liigutused sujuvad ja kliendile sobivale survega. Küsib kliendilt vahetut tagasisidet hoolitsuse mõju kohta nahale. | |
| **Mooduli kokkuvõttev hindamine** | Mooduli õpiväljundite saavutatust hinnatakse **mitteeristavalt**. Õppija on omandanud mooduli õpiväljundid hindamiskriteeriumitega määratud tasemel; õpilane on sooritanud kõik hindamisülesanded, sh iseseisva töö ja praktika nõuetekohaselt ning tähtajaks. | | | |
| **Õppematerjal** | Simisker, L. (2006). *Tselluliit ei ole ülekaal.* Tallinn: Avenüü Professional nr 3, lk 34–40  Simisker, L. (2006). *Keha hooldamine seoses kaalualandamisega*. Tallinn: Avenüü Professional nr 4, lk 22–28  Kaljuvee, M. jt. (2007). *Rahulolu massaažist. Peamassaaž. Näomassaaž. Peopesade ja käelaba massaaž.* Tallinn: Beauty Salon nr 4, lk 24–28  Kaljuvee, M. (2007). *Massaaž lapseootel naisele.* Tallinn: Avenüü Professional nr 8, lk 46–48,  Ilves, M., Kartau, A. K., Müür, M., Rannamaa, L. (2012). *Klassikalise massaaži õpik*. Tallinn: M. I. Massaažikool  Brown, D. W. (2010). *Massaaži algtõed.* Tallinn: Ersen  Nienstedt, W., Hänninen, O. Jt (2001). *Inimese füsioloogia ja anatoomia.* Tallinn: Medicina  Silm, H., Hannuksela, M. (2010). *Nahahaigused.* Tallinn: Medicina  Silm, H., Kaur, S. (1997). *Nahaderivaatide haigused.* Tallinn: Medicina  Harding, J. (2007). *Aroomiteraapia saladusi.* Tallinn: Koolibri  Stuart, C. (2009). *Massaaž ja aroomiteraapia.* Tallinn: Varrak  Quirini, C. B. (2013). *Looduskosmeetika.* Tallinn: Sinisukk  Koel, J. (2012). *Looduskosmeetika.* Tallinn: Hea Lugu  Kolmann, K. (2013). *Terve välimuse heaks. Rahvameditsiini ravivõtted ja looduskosmeetika.* Tallinn: Agitaator  Karjus, I. (2010). *Metsamoori taimekosmeetika.* Tallinn: Cum Laude  Wildwood, C. (2007). *Aroomiteraapia. Massaaž eeterlike õlidega*. Tallinn: Sinisukk | | | |

# **5. Spaahoolitsuste läbiviimine**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **5** | **SPAAHOOLITSUSTE LÄBIVIIMINE** | | **12 EKAP / 312 tundi,**  **sh praktika 6 EKAP / 156 tundi** |
| **Õpetajad:** | | | |
| **Eesmärk:** õpetusega taotletakse, et õpilane viib läbi heaolu- või terviseprotseduure, et luua kliendile emotsionaalselt heaolutunne, arvestab kliendi kultuurierisusega ning järgib kliendikeskse teeninduse põhimõtteid | | | |
| **Nõuded mooduli alustamiseks:** läbimisel või läbitud moodul „Kehahoolitsuste läbiviimine“ | | | |
| **Õpiväljundid** | **Hindamiskriteeriumid** | **Hindamismeetodid ja ülesanded** | **Mooduli teemad ja alateemad, lõimumine teiste moodulitega** |
| **ÕV1.** valmistab ette spaahoolitsuse lähtudes hoolitsuse spetsiifikast, mõjust organismile ning kliendi soovist | **HK 1.1.** koostab õpitule toetuvalt kliendile hooldusplaani kombineerides omavahel erinevaid spaahoolitsusi vastavalt nende mõjule ja spetsiifikale, sh praktikal  **HK 1.2.** valmistab ette spaahoolitsuse (sauna-, vee-, sooja-, muda ja erihoolitsused) vahendid ja ruumi, sh praktikal | **Individuaalne töö koos kokkuvõtva seminariga:** koostada kliendile sobiv hoolitsuste plaan, broneerides see kolmele päevale ajagraafikusse, jälgides kliendi soove, etteantud näidustusi/vastunäidustusi, ja kultuurilist eripära, spaahoolitsuste omavahelise kombineerimise põhimõtteid ja esitleb oma tööd põhjendades oma töö loogikat. | 1. **Hoolitsuseks ettevalmistamine**  * Protseduuride erinevused ja liigitamine * Sooja-, sauna-, vee-, muda-, erihoolitsuste toimed, näidustused ja vastunäidustused * Soovitused sauna ja vihtlemiseks  1. **Vahendite kasutusvalmidus, riskid ja nende maandamine**  * Seadmete kasutusvalmiduse hindamine  1. **Kasutusjuhend, võimalikud tõrked seadmel ja nende lahendamine**  * Tööohutus, desinfektsioon, * Ergonoomika alused hoolitsuste läbiviimisel. * Kliendi turvalisuse tagamine hoolitsuste läbiviimisel * Ohud hoolitsuste läbiviimisel lähtuvalt kliendist või teenindajast  1. **Kliendi ettevalmistamine**  * Hoolitsuste plaani koostamine kliendi tervislikust seisundist lähtuvalt ja spaateenuste mõistliku tarbimise põhimõtteid jälgides  1. **Koostöö tervishoiutöötajaga hoolitsuste paketi koostamisel** 2. **Hoolitsuse ettevalmistamine**  * Kliendi ettevalmistamine ja juhendamine  1. **Hoolitsuse terviklik läbiviimine**  * Kliendi teeninduslike elementide liitmine hoolitsusele, kliendi jälgimine hoolitsuse käigus, reageerimine ja abistamine ohuolukordades  1. **Praktika** |
| **ÕV2.** teeb erinevaid spaahoolitsusi (sh sauna-, vee- ja vannihoolitsusi, parafiini-, osokeriidi-, savi- ja turbahoolitsusi, mudavanne) ning erihoolitsusi (soola-, külmaravi, solaarium, massaažitool, vesivoodi, valgusravi jms), rakendab tööde tegemisel ergonoomilisi töövõtteid ja arvestab kliendi soovide ja eripäraga | **HK 2.1**. demonstreerib spaahoolitsuste läbiviimist, selgitab mõju organismile sh praktikal  **HK 2.2.** demonstreerib hoolitsuse käigus ergonoomilisi töövõtteid, selgitab nende kasutamise vajadust ning tööohutuse- ja hügieeninõuete täitmist, sh praktikal  **HK 2.3.** kirjeldab kliendi jälgimist hoolitsuse ajal ja nõustab järeltoimete suhtes, sh inglise vm keeles ja praktikal | **Individuaalne demonstreeritav töö** kõikide hoolitsuste kohta: demonstreerida erinevate heaoluhoolitsuste (sauna-, vee-, sooja-, muda ja erihoolitsused) teostamist ja selgitada nende hoolitsuste mõju kliendi heaolule; demonstreerida tööülesandest lähtuvalt ergonoomilisi töövõtteid, selgitada nende kasutamise vajadust ning tööohutuse- ja hügieeninõuete täitmist, kirjeldada hoolitsuse käigus ilmnevaid ohtusid lähtudes nii kliendist kui teenindajast |
| **Õppemeetodid** | loeng, rühmatöö, seminar, praktiline harjutamine, praktika | | |
| **Kokkuvõtva hinde kujunemine** | **Kriteerium** | **Arvestatud (lävend)** | |
| Kliendi eripära sobivus soovitud spaahoolitsusele | Kuulab kliendi lõpuni, esitab täpsustavaid küsimusi. Kasutab erialast terminoloogiat, selgitab kliendist lähtuvalt korrektses eesti nii vahetult kui telefoniga suheldes. Võõrkeeles suhtlemisel võib vajada vähest abi. Põhjendab hoolitsuse sobivuse hindamisel kliendi tervislikku seisundit (näidustusi ja vastunäidustusi) ja teeb võimalikest parima valiku pakkumise. | |
| Hoolitsuse ettevalmistus ja lõpetamine | Jälgib töö- ja isikliku hügieeni ning nõudeid töökeskkonnale.  Kätepesu, ühekordsete vahendite kasutamine, ruumi ja töökoha ettevalmistamine enne ja pärast koristus. Tootepakendite puhastamine peale kasutamist. Kasutatud vahendite utiliseerimine (jäätmekäitlus). Jälgib klienti hoolitsuse ajal. Teavitab klienti hoolitsuse käigust ja lõpust, juhatab kliendi riietuma või puhkama | |
| Spaahoolitsuse läbiviimine | Kasutab õpitud töövõtteid, viib hoolitsuse läbi, järgides ergonoomikat. Hoolitsuse sooritab vastavalt etteantud ajale. Küsib kliendilt vahetut tagasisidet hoolitsuse mõju kohta nahale. | |
| **Mooduli kokkuvõttev hindamine** | Mooduli õpiväljundite saavutatust hinnatakse **mitteeristavalt.** Õppija on omandanud mooduli õpiväljundid hindamiskriteeriumitega määratud tasemel; õpilane on sooritanud kõik hindamisülesanded, sh iseseisva töö ja praktika nõuetekohaselt ning tähtajaks. | | |
| **Õppematerjal** | Leavy, H. R. (2002). *The Spa Encyclopedia: A Guide to Treatments and Their Benefits for Health and Healing.* Kirjastus Milady  <http://spaateenused.weebly.com/pakettimine.html>  Habicht, T. (2014). *Eesti saun. Saunakombed meie pärimuskultuuris.* Tallinn: TEA  Vihmar, T. (2007). *Infrapunasaun.* Tallinn: Beauty Salon nr 5, lk 28–30  Vihmar, T. (2007). *Tänapäevane saunade perekond.* Tallinn: Beauty Salon nr 4, lk 28–31  Popov, P. (2006). Päike ja solaarium – müüt ja tegelikkus. Tallinn: Avenüü Professional nr 3, lk 44–46  Thomas, C., Dail, C. (2012). *Hydrotherapy: Simple Treatments for Common Ailments.* TEACH Services, Inc.  Veinpalu, E., Veinpalu, L. (1976). *Ravimuda ja mudaravi.* Tallinn: Valgus | | |

**6. Iluhoolitsuste läbiviimine**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **6** | | **ILUHOOLITSUSTE LÄBIVIIMINE** | | **14 EKAP / 364 tundi,**  **sh praktika 6 EKAP / 156 tundi** |
| **Õpetajad:** | | | | |
| **Eesmärk:** õpetusega taotletakse, et õpilane teostab erinevaid iluhoolitsusi (nägu, käed, jalad), luues kliendile emotsionaalse ja füüsilise heaolutunde, arvestab kliendi soovi, tervisliku seisundi ning nahatüübiga. | | | | |
| **Nõuded mooduli alustamiseks:** puuduvad | | | | |
| **Õpiväljundid** | **Hindamiskriteeriumid** | | **Hindamismeetodid ja ülesanded** | **Mooduli teemad ja alateemad, lõimumine teiste moodulitega** |
| **ÕV1.** teeb iseseisvalt näohoolitsusi ja nõustab klienti | **HK 1.1.** teab õppekirjandusele toetuvalt näohoolitsuse näidustusi ja vastunäidustusi  **HK 1.2.** koostab kliendikaardi ja hooldusplaani  **HK 1.3.** nõustab klienti lähtuvalt soovidele ja näonaha olukorrale, märkab ja suunab vajadusel kosmeetiku või tervishoiutöötaja juurde, sh inglise vm võõrkeeles ja praktikal  **HK 1.4.** teeb näohoolitsuse sobivate toodetega, rakendab ergonoomilisi töövõtteid, arvestab tööohutust ja hügieeninõudeid, sh praktikal | | **Kontrolltöö** teemal „Nahk ja näohoolitsused“  **Kirjalik töö ja esitlus**: nahahaigused ja naha seisundid.  **Lisada digiõpimappi**  **Individuaalne töö**: järjestada oma tegevused kliendi näonaha analüüsimisel ning koostada kliendikaart ja hooldusplaan valides sobivad tooted. Nõustada klienti hoolitsuste ja toodete valikul.  **Praktiline individuaalne töö**: tervikliku näohoolduse läbiviimine, ergonoomiliste töövõtete demonstreerimine ja selgitamine. Küsib tagasisidet enesetunde kohta. Hügieeni ja tööohutusnõuete täitmine ja selgitamine.  Praktikana vähemalt viiele kliendile näohoolitsuse läbiviimine ja tõendamine fotona.  **Lisada digiõpimappi** | 1. **Nahk ja näohoolitsused**  * Naha kihid, naha pH, naha ülesanded * Epidermis, selle ülesanne ja kihid * Dermis, selle kihid ja kiud * Hüpodermis * Ebapuhtused (jaotus), nende kirjeldus * Kuperoosa, selle kirjeldus ja põhjused, hoolduse põhimõtted * Rosacea kirjeldus ja hooldus * Akne, kuidas ära tunda, põhjused, soodustavad tegurid, kliiniline pilt, hooldamine * Erinevate nahatüüpide hooldus * Näomassaaži näidustused, mõju, vastunäidustused  1. **Kliendikaardi ja hooldusplaani koostamine** 2. **Hooldustooted** 3. **Kliendi nõustamine**  * Visuaalne hindamine, kliendi seisundi märkamine, tagasiside küsimine  1. **Näohoolitsused**  * Pindmine puhastus * Nahatüübi määramine, naha ehitus * Enim levinud nahaprobleemid ja   -haigused   * Hoolitsuse teostamine, koorimine * Näo- ja dekoltee massaaž, mask * Seerumi-, kreemi- ja silmakreemi nahale kandmine  1. **Tööohutuse- ja hügieeninõuded**  * Tööohutus, desinfektsioon  1. **Ergonoomika**  * Tööasendid, tööliigutused  1. **Praktiline harjutamine ja praktika** |
| **ÕV2.** värvib ripsmed ja kulmud ning korrigeerib kulmud | **HK 2.1.** korrigeerib kulmud kliendi soovist ja kulmu kujust lähtuvalt, kasutab töövahendeid ohutult sh praktikal  **HK 2.2.** värvib ripsmed ning kulmud sobivate vahenditega, järgib tööle esitatavaid hügieeni- ja ohutusnõudeid sh praktikal  **HK 2.3.** nõustab klienti kulmude ja ripsmete kodusel hooldamisel sh inglise vm keeles ja praktikal | | **Demonstratsioon koos selgitusega:**  vastavalt ülesandele demonstreerida   * kulmude korrigeerimist * ripsmete ja kulmude keemilist värvimist, kliendi enesetunde jälgimine * sobivate toodete, vahendite valikut, kasutamist ja ohutuid töövõtteid * kliendi nõustamist kodusel hooldamisel | 1. **Kulmude korrigeerimine**  * Kulmude ja ripsmete värvimisel kasutatavad vahendid ja materjalid * Ohutegurid  1. **Ripsmete ja kulmude värvimine**  * Keemiline värvimine * Tehnikad, näidustused ja vastunäidustused (allergia ripsmevärvile, nakkused silma piirkonnas, ripsmelest)  1. **Praktiline harjutamine ja praktika** |
| **ÕV3.** teeb kätehoolitsusi arvestades tööle esitatavaid nõudeid | **HK 3.1.** koostab õppematerjalile toetuvalt elektrooniliselt ülevaate ja selgitab käenaha ja sõrmeküünte võimalikke muutusi ja nende põhjusi  **HK 3.2.** kirjeldab visuaalse hindamise põhjal kliendi käe naha ning küünte seisukorda, nõustab klienti edasise hoolitsuse osas, sh inglise vm võõrkeeles ja praktikal  **HK 3.3.** viilib küüsi viilimise rakendades erinevaid tehnikaid ergonoomilisi töövõtteid tööohutuse ning hügieeninõudeid, sh praktikal  **HK 3.4.** korrastab küünenaha kasutades selleks sobivaid vahendeid ja selgitab oma tegevust ning hügieeninõudeid, sh praktikal  **HK 3.5.** masseerib käed kliendi heaolutunde eesmärgil, selgitab oma tegevust, sh praktikal  **HK 3.6.** lakib naturaalsed küüned punase tavalakiga | | **Iseseisev töö ja seminar**: koostada elektrooniliselt fotode põhjal ülevaade visuaalselt hinnatavatest küüne ja käenaha haiguslikest muutustest koos selgitusega. Lisada nõuanded edasiseks hoolduseks.  **Töö lisada digiõpimappi**  **Rollimängus** nõustada klienti vastavalt ülesandele ja nõustada koduse hoolduse ja toodete osas sh inglise vm võõrkeeles.  **Esitlus:** demonstreerida küünte viilimise erinevaid tehnikaid, korrastada küünenahad ja masseerida käed kasutades õpitud võtteid, kasutades sobivaid tooteid. Katta küüneplaat punase mattlakiga Järgida ja selgitada töö ergonoomikat, tööohutus- ja tööhügieeninõudeid protsessi läbiviimisel. Selgitab kogu protsessi klienditeeninduslikust seisukohast.  **Esitlus**: demonstreerida vastavalt etteantud tööülesandele käte hooldusprotseduuri läbiviimist kasutades käte maske, elektrilisi soojenduskindaid, sooja parafiini. Selgitada teostatud hooldusprotseduuri näidustusi ja vastunäidustusi ning toimet. | 1. **Küünte ehitus** 2. **Küünte ja naha haigused** 3. **Kätehoolitsuse toime, näidustused ja vastunäidustused** 4. **Küünte ja käenaha probleemid** (küünte Närimine, naha vananemine, higistavad-, külmad käed jms) 5. **Klassikaline maniküür**  * Viiliga küünekuju korrigeerimine * Käte leotamine ja ettevalmistamine järgnevateks protseduurideks * Küünahkade eemaldamist hõlbustavad tooted * Küünenahakade korrastamine ja üleliigse küünenaha eemaldamine * Klassikalise kätemassaaži tegemine * Küünte lakkimine tavalakiga  1. **Spaamaniküür**  * Erinevate kätehooldusvahendite (kätemask, soe ja külm parafiin) kasutamine  1. **Materjali säästliku kasutamise põhimõtted** 2. **Kliendi nõustamine**  * Soovitused koduseks hoolduseks. Tooted, toodete müük  1. **Praktiline harjutamine ja** **praktika** |
| **ÕV4.** teeb jalgade hoolitsusi arvestades tööle esitatavaid nõudeid | **HK 4.1.** kirjeldab visuaalse hindamise põhjal kliendi jalgade nahaseisundit ning küünte seisukorda  **HK 4.2.** teeb jalgade hoolitsuse (sh lakib) lähtudes esteetilisest lõpptulemusest kasutab sobivaid töövahendeid ja tooteid, järgib tööohutuse ja hügieeninõudeid ning rakendab ergonoomilisi töövõtteid, sh praktikal | | **Demonstratsioon koos selgitusega:**  vastavalt ülesandele demonstreerida kliendi jalgade nahaseisundist lähtuvat hoolitsust ja lakkimist, töövahendite, töövõtete valdamist järgides tööohutust ja hügieeninõudeid | 1. **Naha ja küünte probleemid jalgadel** 2. **Jalgade hoolitsuse tööetapid**  * Kasutatavad tooted ja töövahendid * Klassikaline pediküür * Spaa jalgade hooldus * Jalgade koorimine * Jalgade massaaž  1. **Varbaküünte lakkimine tavalakiga**  * Lakkimise metoodika  1. **Tööohutuse ja hügieeninõuded** 2. **Ergonoomika**  * Tööasendid ja -liigutused  1. **Praktiline harjutamine ja praktika** |
| **Õppemeetodid** | materjali kogumine ja süstematiseerimine, analüüs, arutelu, praktiline harjutamine, proovitööd, iseseisvad tööd õppematerjaliga, vaatlus, õpimapi koostamine, fotografeerimine. | | | |
| **Kokkuvõtva hinde kujunemine** | **Kriteerium** | | **Arvestatud (lävend)** | |
|  | Kliendikaart | | Kliendikaart on koostatud lähtuvalt kliendi naha eripärasid ja nahatüüpi silmas pidades. | |
| Naha hooldusplaan | | Kliendi naha hooldusplaan on koostatud lähtuvalt kliendi nahatüüpi ja -eripära silmas pidades ning valitud on sobivad hooldustooted. | |
| Nõustamine hooldusplaani koostamisel ja toodete valikul | | Klienditeenindaja nõustab klienti lähtuvalt kliendi nahatüüpi, eripära ning toodete valikut silmas pidades. | |
| Kliendi soovi väljaselgitamine ja visuaalse hinnangu andmine | | Kuulab kliendi lõpuni, esitab täpsustavaid küsimusi. Kasutab erialast terminoloogiat, selgitab kliendist lähtuvalt korrektses eesti või muus keeles. Võõrkeeles suhtlemisel võib vajada vähest abi. Põhjendab hoolitsuse sobivuse hindamisel kliendi tervislikku seisundit (näidustusi ja vastunäidustusi). | |
| hoolitsuse ettevalmistamine ja lõpetamine | | Jälgib töö- ja isikliku hügieeni ning nõudeid töökeskkonnale.  Kätepesu, ühekordsete vahendite kasutamine, ruumi ja töökoha ettevalmistamine enne ja pärast koristust. Tootepakendite puhastamine peale kasutamist. Kasutatud vahendite utiliseerimine (jäätmekäitlus). Teavitab klienti hoolitsuse käigust ja lõpust. | |
| Hoolitsuse läbiviimine, nõustamine ja tulemuse esitlemine | | Kasutab õpitud töövõtteid ja õigeid vahendeid vastavas piirkonnas, viib hoolitsuse läbi, järgides ergonoomikat. Ei ületa märkimisväärselt hoolitsuseks ettenähtud tööaega. Aitab ja juhendab klienti asendi vahetamisel. Nõustab klienti ja annab soovitusi koduseks hoolduseks. Teostab lisamüüki. Vastab esitlusel õpetaja lisaküsimustele, kasutades erialast terminoloogiat. | |
| **Mooduli kokkuvõttev hindamine** | Mooduli õpiväljundite saavutatust hinnatakse **mitteeristavalt**. Õppija on omandanud mooduli õpiväljundid hindamiskriteeriumitega määratud tasemel; õpilane on sooritanud kõik hindamisülesanded, sh iseseisva töö ja praktika nõuetekohaselt ning tähtajaks. | | | |
| **Õppematerjal** | Paumere, T. (2008). *Nahk – organismi tähtis kaitseorgan.* Tallinn: Avenüü Professional nr 10, lk 18–20  Vihmar, T. (2008). *Naha niiskussisaldus.* Tallinn: Beauty Salon nr 2, lk 16–19  Kaljuvee, M., jt (2007). *Rahulolu massaažist. Peamassaaž. Näomassaaž. Peopesade ja käelaba massaaž.* Tallinn: Beauty Salon nr 4, lk 24–28  Birjuk, l. (2008). *Diabeetilise jala sündroom.* Tallinn: Avenüü Professional nr 11, lk 52-53  Maurinš, U. (2006). *Tervete ja ilusate jalgade heaks.* Tallinn: Avenüü Professional nr 5, lk 12–14  Watson, R. (2008). *Maniküür ja pediküür. Küünehoolduse teejuht.* Tallinn: Tormikiri  Mehta, K., Mehta, N. (2012). *Pinguldav näomassaaž.* Tallinn: Ersen  Stuart, C. (2009). *Massaaž ja aroomiteraapia.* Tallinn: Varrak  Kiviluoma, L. (2011). *Nägu kauniks.* Tallinn: Tammerraamat  Õpetaja poolt koostatud õppematerjalid | | | |

# **VALIKÕPINGUTE MOODULID**

Õpilasel on kohustus valida valikmooduleid **18 EKAP**i ulatuses. Õpilasel õigus valida valikmooduleid kooli teistest õppekavadest või teiste õppeasutuste õppekavadest kooli õppekorralduseeskirjas sätestatud korras. Töökohapõhise õppevormi puhul võib valikõpingute mooduli koostada ka ettevõtte spetsiifikast lähtudes. Käesoleva õppekava põhjal valitud moodul avatakse juhul, kui kursuse õppijatest vähemalt 50% on selle valinud. Selgete eelistuste puudumisel valitakse kõige enam soovijaid kogunud valikmoodulid. Valitud moodulid loetakse kohustuslikuks kõigile.

# **7. Spaa teenuseid osutava ettevõtte tegevuse kavandamine**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **7** | | **SPAATEENUST OSUTAVA ETTEVÕTTE TEGEVUSE KAVANDAMINE** | | **6 EKAP / 156 tundi** |
| **Õpetajad:** | | | | |
| **Eesmärk**: õpetusega taotletakse, et õpilane on omandanud pädevuse (teadmised, oskused, hoiakud), mis võimaldab tal olla ettevõtlik töötaja ja luua iseendale töökoht | | | | |
| **Nõuded mooduli alustamiseks:** Läbitud karjääriplaneerimise ja ettevõtluse mooduli õpiväljundid 2 ja 3 | | | | |
| **Õpiväljundid** | **Hindamiskriteeriumid** | | **Hindamismeetodid ja ülesanded** | **Mooduli teemad/alateemad, lõiming põhiõppe moodulitega** |
| **ÕV1. mõistab** ärivõimalusi lähtudes iseenda eeldustest ja oskustest ning keskkonna toetavatest ja piiravatest teguritest | **HK 1.1** kirjeldab enda võimalusi tegutsemiseks ettevõtjana või ettevõtliku töötajana, lähtudes õpitava eriala  **HK 1.2.** selgitab juhendi alusel ettevõtte toimimist olemasolevas ettevõtluskeskkonnas ettevõtluskeskkonnast  **HK 1.3**. arutleb meeskonnas kavandatud äriidee teostatavuse üle | | **Struktureeritud aruanne meeskonnatööna** teemal: „Mina, minu eriala ja ettevõtlus viie aasta pärast“. (vorm, meedium vaba)  **Meeskonnatöö analüüs ja hinnang:** struktureeritud aruande (nt posteri) esitlus meeskonnatööna  **Äriidee koostamine** meeskonnatööna  **Õppemeetodid**  **Praktiline meeskonnatöö:** struktureeritud aruande (foto-, video- vm) koostamine lähtuvalt juhisest  **Kohtumine** ettevõtjaga (rühmatöö)  **Õppekäik** ettevõttesse  **Töövarjuna** ettevõttes  **Intervjuu** ettevõtjaga (rühmatöö) ➢ **Lood** (sh videod) ettevõtetest ja ettevõtjatest  **Mõistekaart** rühmatööna  **Ajurünnak**  **Videolugu** (video-, fotoreportaaž ettevõttest rühmatööna  **Äriidee koostamine ja esitlemine** rühmatööna  **Analüüsimeetodid** (SWOT, PESTLE, juhtumianalüüs) | * Ettevõte * Ettevõtlus * Ettevõtja * Ettevõtlikkus * Ettevõtluskeskkond * Kultuuridevaheliste erinevuste mõju ettevõttele * Äriidee * Meeskonnatöö |
| **ÕV2. kavandab** turundustegevused äriidees kirjeldatud tootele, tarbijale ja turutingimustele | **HK 2.1.** kirjeldab meeskonnatööna sihtrühmi ja turgu lähtuvalt tootest  **HK 2.2.** kirjeldab meeskonnatööna valitud turundustegevusi lähtuvalt sihtrühmast, turust ja tootest | | **Struktureeritud kirjalik töö** juhendi alusel ja selle esitlusrühmatööna:  **Sihtrühmade kirjeldus ja turundustegevuste plaan** (üheks aastaks)  **Õppemeetodid**  **Mõistekaart** rühmatööna: toote kirjeldus  **Praktiline meeskonnatöö** juhendi alusel: Sihtrühma analüüsimine  **Praktiline meeskonnatöö** juhendi alusel (meedium vaba):turundustegevuste plaan | * Nõudlus, pakkumine ja turu tasakaal * Konkurents * Turunduseesmärgid * Turundusmeetmed * Turuanalüüs |
| **ÕV3. mõistab** ettevõtte eelarvestamise, finantseerimise ja majandusarvestuse põhimõtteid lähtudes õigusaktidest ja heast tavast | **HK 3.1**. koostab juhendi alusel meeskonnatööna ettevõtte investeeringute ja tegevuskulude eelarve ning müügiprognoosi  **HK 3.2**. selgitab meeskonnatööna ettevõtte finantseerimisvõimalusi  **HK 3.3.** selgitab juhendi alusel majandusarvestuse põhimõtteid lähtudes õigusaktides sätestatud nõuetest ja heast tavast | | **Kompleksülesanne meeskonnatööna:**  investeeringute eelarve ja katteallikad, rahavood, müügiprognoos, kasumiplaan,  bilansiprognoos  **Õppemeetodid**  **Praktilised näidisülesanded**  (juhtumid) meeskonnatööna  **Praktiline meeskonnatöö** juhendi alusel (meedium vaba):ettevõtte investeeringute ja tegevuskulude  eelarve, müügiprognoos, kasumiplaan ja bilanss  **Mõistekaart:** ettevõtte finantseerimisvõimalused | **Majanduskeskkond**   * Tulude ja kulude ringkäik * Ressursid * Ettevõtte tulud ja kulud * Majandusarvestuse põhialused (eelarved, kasumiaruanne, bilanss) * Äriseadus, raamatupidamise seadus, võlaõigusseadus * Ärimudeli finantsosa: tulud ja kulud |
| **ÕV4. kavandab** iluteenust osutava ettevõtluse lähtudes äriideest ja ettevõtluskeskkonnast | **HK 4.1**. koostab ärimudeli meeskonnatööna lähtudes valitud strateegiast  **HK 4.2.** kirjeldab asutamisprotsessi vastavalt valitud ettevõtlusvormile  **HK 4.3.** hindab meeskonnatööna juhendamisel ettevõtte tasuvust lähtuvalt ärimudelist | | **Kompleksülesanne meeskonnatööna:** ärimudel, protsessikirjeldus ettevõtte asutamisest ja tasuvusanalüüs  **Esitlus meeskonnatööna:** ärimudel ja ettevõtte tasuvus  **Õppemeetodid:**  **Praktiline meeskonnatöö** juhendi alusel (meedium vaba): ärimudeli koostamine  **Praktiline meeskonnatöö** juhendi alusel: protsessikirjeldus või -mudel ettevõtte asutamisest ➢ **Juhtumianalüüs** juhendi alusel meeskonnatööna: ärimudeli tasuvuse hindamine | * Ärimudelid * Ettevõtlusvormid * Ettevõtte asutamine * Ettevõtte tasuvus |
| **Iseseisev töö** | Mooduli õppemahu jaotus kontakttundide ja iseseisva töö tundide vahel sõltub õppekava rakendamisel kasutatavast õppe vormist. | | | |
| **Mooduli kokkuvõttev hindamine** | Mooduli õpiväljundite saavutatust hinnatakse **mitteeristavalt**. Õppija on omandanud mooduli õpiväljundid hindamiskriteeriumitega määratud tasemel; õpilane on sooritanud kõik hindamisülesanded, sh iseseisva töö nõuetekohaselt ning tähtajaks. | | | |
| **Õppematerjal** | Randma, T., Raiend, E., Rohelaan, R. jt (2007). *Ettevõtluse alused*. SA Innove <http://www.innove.ee/UserFiles/Kutseharidus/Ettevõtlusõpe/Ettevõtluse%20alused%20õpilasele.pdf>  Sirkel, R., Uiboleht, K., Teder, J. jt (2008) *Ideest eduka ettevõtteni*. SA Innove  <http://www.innove.ee/UserFiles/Kutseharidus/Ettevõtlusõpe/Ideest%20eduka%20ettevõtteni.pdf>  Töötamise tulevikutrendid<http://oska.kutsekoda.ee/tootamise-tulevikutrendid/tootamise-tulevikutrendid-2016/>  Jaansoo, A. (2012). *Turunduse alused. I: baasteooria, juhtumikirjelduste ja ülesannete kogu*. SA Innove [http://www.innove.ee/UserFiles/Kutseharidus/Õppe-%20ja%20juhendmaterjalid/Turundus%20I.pdf](http://www.innove.ee/UserFiles/Kutseharidus/%D5ppe-%20ja%20juhendmaterjalid/Turundus%20I.pdf)  Vodja, E., Zirnask, V., Suitsu, P. jt (2014). *Majandusõpik gümnaasiumile*. Junior Achivement Eesti SA  Eamets, R jt (2012). *Ettevõtlikkusest ettevõtluseni,* SA Teadlik Valik  TÜ, TTÜ, EEK Mainor (2014). *Ettevõtlikkusest ettevõtlikkuseni töövihik* <https://koolielu.ee/waramu/view/1>[-00fc8369-4a5b-4fd8-9271-da0d872060c9](https://koolielu.ee/waramu/view/1-00fc8369-4a5b-4fd8-9271-da0d872060c9) Mägi, J. (2011). *Ettevõtluse ja äriplaani koostamise alused*. Kuressaare: KAK  Teder, J., Varendi, M. (2008) *Mis toimub ettevõttes? Ettevõtte hindamine ja arendamine*. HTM, SA Innove  Suppi, K. (2013). *Ettevõtlusõpik- käsiraamat*. Tartu: Atlex  Kärsna, O. (2009). *Pisiettevõtja käsiraamat.* Tallinn: Ilo  Zeiger, P. (2013). *Vajalikke teadmisi ettevõtlusest*. E-õpik. TL[Ü http://ettevotlusope.weebly.com/](http://ettevotlusope.weebly.com/)  Osterwalder, A, Pigneur, Y (2014) *Ärimudeli generatsioon*. Tln: Rahvusraamatukogu Kirjastus  Äriseadustik<https://www.riigiteataja.ee/akt/131122010019?leiaKehtiv>  Ettevõtjaportaal <http://www.rik.ee/et/ettevotjaportaal>  SEB Alustav ettevõtja<http://www.seb.ee/ariklient/alustav-ettevotja>  Eesti.ee [https://www.eesti.ee](https://www.eesti.ee/)  EAS<http://www.eas.ee/alustav/finantseerimise-kaasamine/stardikapital-finantseerimine-investeerimine/>  iPlanner<http://www.iplanner.net/business-financial/online/start.aspx?country=ee> | | | |

# **8. Jumestuse läbiviimine**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **8** | | **JUMESTUSE LÄBIVIIMINE** | | **2 EKAP / 52 tundi** |
| **Õpetajad:** | | | | |
| **Eesmärk:** õpetusega taotletakse, et õpilane teostab erinevaid jumestustehnikaid, arvestab kliendi soovidega, kasutab sobivaid jumestustooteid, -vahendeid ja rakendab ergonoomilisi töövõtteid ning jälgib tööohutuse ja hügieeninõudeid. | | | | |
| **Nõuded mooduli alustamiseks:** puuduvad | | | | |
| **Õpiväljundid** | **Hindamiskriteeriumid** | | **Hindamismeetodid ja ülesanded** | **Mooduli teemad** |
| **ÕV1.** teeb juhendamisel kerge päevase jumestuse | **HK 1.1.** teab jumestuse teoreetilist baasi – sealhulgas tunneb näokujude erinevaid vajadusi ja nende korrigeerimise võimalusi jumestuses, mõistab värviteooria põhialuseid ja rakendab neid oma töös.  **HK 1.2.** teeb sobivate toodetega päevase jumestuse, sealhulgas arvestab kliendi soovidega, tööeetikaga, rakendab ergonoomilisi töövõtteid ja järgib tööohutuse ja hügieeninõudeid | | **Praktiline paaris töö**: kerge päevameigi teostamine paarilise peal, sobivate toodete- ja vahendite kasutamine, ergonoomiliste töövõtete demonstreerimine. Arvestab kliendi näokuju ja soovidega ning küsib tagasisidet. Hügieeni ja tööohutusnõuete täitmine. | 1. **Eetika**  * Tööeetika * Klienditeenindaja suhtlus  1. **Jumestaja põhivarustus**  * Vahendid * Pintslid * Kosmeetika * Jumestuspõhi * Sobiva põhja valik, erinevad tekstuurid * Põhja pealekandmise tehnikad  1. **Põsepuna**  * Eesmärk * Erinevad tekstuurid * Põsepuna valik * Põsepuna asukoht ja pealekandmine  1. **Kerge silmameik**  * Vajaminevad vahendid * Tehnika  1. **Huulemeik**  * Erinevad huuletooted * Huulepulga pealekandmise tehnikad vastavalt huule kujule  1. **Kulmud**  * Erinevad kulmutooted * Kulmumeigi tehnika  1. **Näo modelleerimine**  * Vajaminevad tooted * Tehnik**a**  1. **Värviteooria**  * Külmad, soojad toonid * Vastandvärvid  1. **Värvitüübid**  * Nahatoon ja värvitüübi selgitamine * Värvivalik jumestuses |
| **ÕV2.** teeb juhendamisel õhtujumestuse vertikaalse silmameigi jaotusega | **HK 2.1.** teeb sobivate toodetega õhtuse jumestuse vertikaalse silmameigi jaotusega, sh arvestab kliendi soovidega, tööeetikaga, rakendab ergonoomilisi töövõtteid ja järgib tööohutuse ja hügieeninõudeid | | **Praktiline paaris töö**: vertikaalse silmameigiga õhtujumestuse teostamine paarilise peal, sobivate toodete- ja vahendite kasutamine, ergonoomiliste töövõtete demonstreerimine. Küsib tagasisidet enesetunde kohta. Hügieeni ja tööohutusnõuete täitmine | 1. **Vertikaalse jaotusega silmameik**  * Vajaminevad vahendid * Tehnika |
| **ÕV3.** teeb juhendamisel õhtujumestuse horisontaalse silmameigi jaotusega | **HK 3.1.** teeb sobivate toodetega õhtuse jumestuse horisontaalse silmameigi jaotusega, sh arvestab kliendi soovidega, tööeetikaga, rakendab ergonoomilisi töövõtteid ja järgib tööohutuse ja hügieeninõudeid | | **Praktiline paaris töö**: horisontaalse silmameigiga õhtujumestuse teostamine paarilise peal, sobivate toodete- ja vahendite kasutamine, ergonoomiliste töövõtete demonstreerimine. Küsib tagasisidet enesetunde kohta. Hügieeni ja tööohutusnõuete täitmine | **1. Horisontaalse jaotusega silmameik**   * Vajaminevad vahendid * Tehnika |
| **ÕV4.** teeb juhendamisel suitsusilmaga õhtujumestuse | **HK 4.1.** teeb sobivate toodetega suitsusilma koos õhtuse jumestusega, sealhulgas arvestab kliendi soovidega, tööeetikaga, rakendab ergonoomilisi töövõtteid ja järgib tööohutuse ja hügieeninõudeid | | **Praktiline paaris töö**: suitsusilma tehnikas õhtujumestuse teostamine paarilise peal, sobivate toodete- ja vahendite kasutamine, ergonoomiliste töövõtete demonstreerimine. Küsib tagasisidet enesetunde kohta. Hügieeni ja tööohutusnõuete täitmine  **Iseseisev töö fotolavastusena**: valida ja teha kliendil ajastule vastav meik. **Fotografeerida ja lisada digiõpimappi** | 1. **Suitsusilma tehnika**  * Vajaminevad vahendid * Tehnika |
| **Õppemeetodid** | praktiline harjutamine, proovitööd, iseseisev töö õppematerjaliga, praktiline töö (fotolavastus) | | | |
| **Kokkuvõtva hinde kujunemine** | **Kriteerium** | | **Arvestatud** (lävend) | |
|  | Kerge päevameik | | Jumestus on teostatud kliendi näokuju ja soove silmas pidades. Töö on teostatud sobivate toodete- ja vahenditega, ergonoomilisi töövõtteid silmas pidades. Küsib tagasisidet enesetunde kohta ning lähtub hügieeni- ja tööohutusnõuetest. Juhendamise määr. Vajab abi meigi teostamisel | |
| Vertikaalse jaotusega silmameik õhtujumestuses | | Jumestus on teostatud kliendi näokuju ja soove silmas pidades. Töö on teostatud sobivate toodete- ja vahenditega, ergonoomilisi töövõtteid silmas pidades. Küsib tagasisidet enesetunde kohta ning lähtub hügieeni- ja tööohutusnõuetest. Juhendamise määr: vertikaalse jaotusega silmameigi teostamisel | |
| Horisontaalse jaotusega silmameik õhtujumestuses | | Jumestus on teostatud kliendi näokuju ja soove silmas pidades. Töö on teostatud sobivate toodete- ja vahenditega, ergonoomilisi töövõtteid silmas pidades. Küsib tagasisidet enesetunde kohta ning lähtub hügieeni- ja tööohutusnõuetest. Juhendamise määr: horisontaalse jaotusega silmameigi teostamisel | |
| Suitsusilm õhtujumestuses | | Jumestus on teostatud kliendi näokuju ja soove silmas pidades. Töö on teostatud sobivate toodete- ja vahenditega, ergonoomilisi töövõtteid silmas pidades. Küsib tagasisidet enesetunde kohta ning lähtub hügieeni- ja tööohutusnõuetest. Juhendamise määr: suitsusilma teostamisel | |
| **Mooduli kokkuvõttev hindamine** | Mooduli õpiväljundite saavutatust hinnatakse **mitteeristavalt**. Õppija on omandanud mooduli õpiväljundid hindamiskriteeriumitega määratud tasemel; õpilane on sooritanud kõik hindamisülesanded sh iseseisva töö nõuetekohaselt ning tähtajaks. | | | |
| **Õppematerjal** | Õpetaja poolt koostatud õppematerjalid  Sangla, K. (2005). *Jumestamisest.* Tallinn: Pilgrim | | | |

# **9. Aktiivsed kehalised tegevused**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **9** | | **AKTIIVSED KEHALISED TEGEVUSED** | | **2 EKAP / 52 tundi** |
| **Õpetajad:** | | | | |
| **Eesmärk:** õpetusega taotletakse, et õpilane juhendab klienti/kliendigruppi spaas tervist toetavate aktiivtegevuste ja menüü valikul arvestades nende tervislikku, vanuselist ja kultuurilist eripära | | | | |
| **Nõuded mooduli alustamiseks:** puuduvad | | | | |
| **Õpiväljundid** | **Hindamiskriteeriumid** | | **Hindamismeetodid ja ülesanded** | **Mooduli teemad** |
| **ÕV1.** nõustab klienti, sh eakat temale sobivate aktiivsete tegevuste ja menüü valikul spaas | **HK 1.1.** selgitab õppekirjandusele toetuvalt tervislike eluviiside mõju organismi kui terviku vananemisel  **HK 1.2.** koostab ülesandele vastava tegevuskava (sisaldab liikumist ja toitumissoovitusi) eakale kliendile lähtuvalt vananemismuutustest  **HK 1.3**. nõustab klienti tegevuste ja menüü valikul delikaatselt ja väärikust toetavalt | | **Iseseisev töö koos esitlusega** teemal „Vananemisel toimuvad muutused organismis ja selle toetamise võimalused läbi aktiivse eluviisi ja tasakaalustatud toitumise“. Rollimängus nõustab eakat klienti aktiivtegevuste ja menüü valikul  **Lisada digiõpimappi**  **Individuaalne töö ja esitlus**: koostada praktikakogemustele toetuvalt kliendi kirjeldus (erineva tervisliku, vanuselise ja kultuuritaustaga kliendigrupp või klient) ja koostada sobiv aktiivsust toetav tegevuskava (sisaldab liikumist ja toitumissoovitusi) spaas arvestades valitud hoolitsustega.  **Lisada digiõpimappi**  **Paaristöö koos demonstratsiooniga**: koostada hommikvõimlemise kava, selgitada harjutuste kohandamist kliendi eripärale vastavaks (lihtsamaks/keerukamaks). Demonstreerida erinevaid harjutusi ja selgitada nende mõju inimese erinevatele lihasgruppidele ja organismile tervikuna eesti ja inglise vm võõrkeeles.  **Demonstratsioon:** juhendada kepikõnni gruppi vahendite, tempo ja distantsi valikul. Nõustada klienti/gruppi lõõgastavate tegevuste valikul peale treeningut | 1. **Tervisliku liikuva eluviisi olemus**  * Organismi vananemine ja aktiivse eluviisi mõju vananemisel * Aktiivsete tegevuste sobitamine keha või massaažihoolitsuste juurde vastavalt hoolitsuste spetsiifikale, kliendi juhendamine  1. **Tasakaalustatud toitumise olemus ja mõju organismile, kliendi juhendamine** 2. **Hommikuvõimlemine**  * Sobivate harjutuste valik * Erinevate ea gruppide üheaegne kaasamine võimlemisse * Mittesoovitavad harjutused * Erinevate harjutuste mõju lihasgruppidele ja organismile * Spetsiifiliste kaebustega kliendi juhendamine lõõgastusharjutuste sooritamisel  1. **Kepikõnd**  * Sobivate keppide valimine * Soojendus- ja venitusharjutused keppidega * Kepikõnni tehnika |
| **ÕV2.** koostab tegevusplaani ja juhendab hommikuvõimlemist individuaalselt ja grupitöös | **HK 2.1.** koostab sobiva hommikvõimlemise kava ja juhendab etteantud kliendigrupi eripära ja vanust arvestades | |
| **ÕV3.** juhendab individuaalset ja grupi kepikõndi | **HK 3.1.** nõustab klienti kepikõnni vahendite valikul ja metoodikas sh inglise vm võõrkeeles  **HK 3.2.** juhendab kepikõnni gruppi ja selgitab liikumise mõju erinevatele lihasgruppidele | |
| **Õppemeetodid** | loeng, individuaalne ja rühmatöö, probleemipõhine õpe, rollimäng ja juhendamine, praktilise harjutamine, materjali kogumine ja süstematiseerimine | | | |
| **Kokkuvõtva hinde kujunemine** | **Kriteerium** | | **Arvestatud** (lävend) | |
|  | Hommikuvõimlemise juhendamine | | Kava on koostatud kõiki lihasgruppe arvestades, juhendamine harjutuste sooritamisel loogilises järjestuses klienti/kliendigruppi toetavalt. Suudab harjutusi kohandada sobivaks (lihtsamaks ja keerulisemaks). Juhendades loob sõbraliku ja kliendisõbraliku õhkkonna (nt küsib enesetunde järgi) | |
| Kepikõnni juhendamine | | Juhendamine toetub õpitud faktidele (tempo, vahendite ja distantsi valik). Treeningujärgne lõõgastuse juhendamisel toetub kliendi enesetundele, harjumustele. | |
| Esitluse sisu, keelekasutus ja atraktiivsus kuulajale | | Sisu on konkreetne, töö lahenduse mõttekäik on loogiline, illustratiivne, kuulaja kaasatust arvestav. Suuline ja kirjalik keelekasutus korrektne. Toodud näited on asjakohased. Esitlus mahub kokkulepitud aja piiresse | |
| Koostöö esitlusel | | Paaristöö puhul on mõlemal võimalus ettekandmisel osaleda, täiendavatele küsimustele vastamisel abistatakse ja toetatakse teineteist | |
| **Mooduli kokkuvõttev hindamine** | Mooduli õpiväljundite saavutatust hinnatakse **mitteeristavalt**. Õppija on omandanud mooduli õpiväljundid hindamiskriteeriumitega määratud tasemel; õpilane on sooritanud kõik hindamisülesanded, sh iseseisva töö nõuetekohaselt ning tähtajaks. | | | |
| **Õppematerjal** | <http://www.matkasport.ee/pages/Kepikondmismilleksjakuidas!OpenDocument>  <http://www.kepikond.ee/?page_id=129>  <http://www.who.int/ageing/active_ageing/en/>  <http://www.50pluss.ee/voimlemine>  <http://www.50pluss.ee/eluviis-ja-sport> | | | |

# **10. Spaahoolitsuste eritehnikad**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **10** | **SPAAHOOLITSUSTE ERITEHNIKAD** | | **8 EKAP / 208 tundi** |
| **Õpetajad:** | | | |
| **Eesmärk:** õpetusega taotletakse, et õppija omandab õpingute käigus massaaži eritehnikad, mis võimaldab oma oskusi laiemalt kasutada erialases töös, demonstreerides oma ettevõtlikkust ja valmisolekut elukestva õppijana juurde ja ümber õppima. | | | |
| **Nõuded mooduli alustamiseks:** moodulite „Kehahoolitsuste läbiviimine“, „Spaahoolitsuste läbiviimine“, „Iluhoolitsuste läbiviimine“ läbimine. | | | |
| **Õpiväljundid** | **Hindamiskriteeriumid** | **Hindamismeetodid ja ülesanded** | **Mooduli teemad** |
| **ÕV1.** viib läbi eritehnikates spaahoolitsusi kasutades vastavaid tooteid järgides ergonoomikat ja tööle esitatavaid nõudeid | **HK 1.1.** kirjeldab kasutatavate toodete ja massaaživahendite toimet ja sobivust kliendi nahale  **HK 1.2.** kirjeldab kasutatavate toodete, vahendite ettevalmistamist hoolitsuseks  **HK 1.3.** selgitab ja kirjeldab oma käitumist kuumast materjalist tulenevate ohtude ja riskide korral  **HK 1.4.** demonstreerib erinevaid töövõtteid vastavalt ülesande teemale | Käesolevas moodulis võib eritehnika valikutes lähtuda individuaalsetest õppija ja/või tööandja huvidest ning vajadustest. Õppija demonstreerib vähemalt nelja eritehnika valdamist  **Eritehnikate** **demonstratsioon**: valmistada ette vastav eritehnika läbiviimine lähtudes vastavale tehnikale esitatavatest nõuetest ja ergonoomikat, demonstreerida läbi viimist. Selgitada oma tegevust, vastata täiendavatele küsimustele (toodete ja vahendite sobivusest erinevatele nahatüüpidele, kuumade materjalide kasutamisel tulenevatest ohtudest ja riskidest jms) | 1. **Spaahoolitsuste eritehnikad**  * Eritehnikate olemus, filosoofia, sobivus, isiklikud eelistused  1. **Levinumad eritehnikad**  * Alginaat e kummeeruvad maskid   Kasutamisvõimalused näol ja kehal  Maski ettevalmistamine ja pealekandmise tehnika   * Massaaž kuumade taimekubudega   Taimekubude valmistamise põhimõtted, kubudes kasutatavad koostisosad ja taimed  Massaaži teostamise tehnika   * Stressivastane küünlamassaaž   Massaažiküünalde koostis ja valmistamine  Massaaži teostamise tehnika   * Sünkroonmassaaž   Neljal käel masseerimise eripära ja massaažitehnika   * Meemassaaž * Mee toime nahale, kasutamine näol ja kehal, massaažitehnika * Muud eritehnikad |
| **Õppemeetodid** | loeng, rühmatöö, seminar, praktiline harjutamine | | |
| **Kokkuvõtva hinde kujunemine** | **Kriteerium** | **Arvestatud (lävend)** | |
|  | Kliendi eripära sobivus soovitud keha- või massaažihoolitsusele | Kuulab kliendi lõpuni, esitab täpsustavaid küsimusi. Kasutab erialast terminoloogiat. Põhjendab hoolitsuse sobivuse hindamisel kliendi tervislikku seisundit (näidustusi ja vastunäidustusi). Vastab õpetaja täiendavatele küsimustele eritehnika sobivuse/mittesobivuse hindamisel kliendile. | |
| Hoolitsuse ettevalmistus ja lõpetamine | Jälgib töö- ja isikliku hügieeni ning nõudeid töökeskkonnale. Kätepesu, ühekordsete vahendite kasutamine, ruumi ja töökoha ettevalmistamine ja pärast koristus. Tootepakendite puhastamine peale kasutamist. Kasutatud vahendite utiliseerimine (jäätmekäitlus). Teavitab klienti hoolitsuse käigust ja lõpust | |
|  | Spaahoolitsuse eritehnika läbiviimine | Töö on teostatud sobivate toodete- ja vahenditega, ergonoomilisi töövõtteid silmas pidades. Küsib tagasisidet enesetunde kohta ning lähtub hügieeni- ja tööohutusnõuetest. Töövõtted on selged, võib vajada „spikri“ abi õige järjekorra meelespidamisel. Ei lähe märkimisväärselt üle/alla aega hoolitsuse läbiviimisel. | |
| **Mooduli kokkuvõttev hindamine** | Mooduli õpiväljundite saavutatust hinnatakse **mitteeristavalt**. Õppija on omandanud mooduli õpiväljundid hindamiskriteeriumitega määratud tasemel; õpilane on sooritanud kõik hindamisülesanded, sh iseseisva töö nõuetekohaselt ning tähtajaks. | | |
| **Õppematerjal** | <https://www.youtube.com/watch?v=7zX_SJtxGj0>  <https://www.youtube.com/watch?v=UbHJYdsPyfw>  GMT protseduurijuhendid  <https://www.youtube.com/watch?v=FOmNBTBmiXM&t=506s>  <https://www.youtube.com/watch?v=yy0M_ZGwWqc&t=34s>  <https://www.youtube.com/watch?v=aEEbpdCHk1E>  Chiang Mai ITM massažikooli juhend – Hot compresses  Küünlamassaaž, vt juhendeid internetist  <https://www.youtube.com/watch?v=DVKgCU8xWvE&t=5s>  Meemassaaž, vt juhendeid internetist | | |

# **11. Turismimajanduse ja elamusturismi alused**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **11** | **TURISMIMAJANDUSE JA ELAMUSTURISMI ALUSED** | | **6 EKAP / 156 tundi** |
| **Õpetajad:** | | | |
| **Eesmärk:** õpetusega taotletakse, et õppija omandab laiemad teadmised turismimajandusest, mille baasil spetsialiseeruda elukestva õppijana elamustoote kujundamisele ja giiditöö oskuste omandamisele. | | | |
| **Nõuded mooduli alustamiseks:** puuduvad | | | |
| **Õpiväljundid** | **Hindamiskriteeriumid** | **Hindamismeetodid ja ülesanded** | **Mooduli teemad ja alateemad, lõimumine teiste moodulitega** |
| **ÕV1.** omab ülevaadet turismimajanduse olemusest, trendidest ja seostest teiste majandusharudega ning võrdleb suundumusi kohaliku tasandi turismiteenuste pakkumisega | **HK 1.1**. teeb kokkuvõtte turismivormide liikidest, kirjeldab vähemalt ühte teenust igast liigist seostades seda turismimajanduse üldiste trendidega  **HK 1.2**. koostab elektrooniliselt ülevaate valitud piirkonna (linn/vald) turismiobjektidest ja pakutavatest turismiteenustest nii avalikus kui erasektoris  **HK 1.3.** võrdleb turismimajanduse laiemaid trende kohalikul tasandil pakutavaga tuues välja arendusvaldkonnad | **Grupitöö kompleksülesande I osa:** valida oma ülesandele sihtrühm ja koostada sihtrühmale suunatud turismiobjektide ülevaate kajastades vähemalt viis valitud piirkonna turismiobjekti ja nendega seoses pakutavaid turismiteenuseid. Kasutada turismialast sõnavara ja vastavaid andmebaase.  **Rühmatöö** turismimajanduse trendidest ja arengutest. Koostada ülevaade kohalikest turismimajanduse trendidest ja suundumustest (sh sihtrühmiti) ja toob välja võimalikud arendusvaldkonnad. | 1. **Turismimajanduse olemus**  * Mis on turism? Kuidas turism tekkis? * Turismimajanduse põhimõisted * Turismiliigid ja -vormid * Turismiressursid * Turismitooted ja turismiteenused * Turismitoote elutsükkel, jätkusuutlikkus * Siseturist ja välisturist * Millega reisitakse? Mida reisilt oodatakse? * Nišiturism * Kultuuriobjektid * Looduskeskkonnaga seotud objektid * Maa- ja linna keskkonnaga seotud objektid |
| **ÕV2.** kujundab meeskonnas kindlale sihtrühmale ühe elamustoote spaahotellis pakkumiseks | **HK 2.1.** koostab tervikliku elamustoote paketi pakkumise koos reklaamtekstiga  **HK 2.2.** annab ülevaate klienditeekonna, teenusedisaini põhimõtete ja külastajate ootuste ja vajaduste kohta | **Grupitöö kompleksülesande II osa:** koostada elamustoote pakett spaahotellis kasutamiseks jälgides eelnevas ülesandeosas valitud kliendiprofiili, koostada elamustoote legend (lugu) ja reklaamtekst koos sobiva motoga. | 1. **Kliendi teekond alates puhkusemõttest kuni realiseerumiseni**  * Heade ja halbade elamuste kujunemine teekonnal  1. **Kliendi ootused ja vajadused, nende kaardistamine** 2. **Teenusedisaini põhimõtted**  * Koosloomise tähtsus, erinevate sidusrühmade kaasamine elamuse loomiseks * Toote terviklikkus e füüsiliste, emotsionaalsete ja elamuslikele elementide kooskõla ning viis, kuidas neid külastajale pakutakse |
| **ÕV3.** omandab giiditöö aluspõhimõtted, koostab ja viib läbi objekti tutvustuse programmi | **HK 3.1.** kavandab elektrooniliselt vabalt valitud piirkonnas vaatamisväärsuste infopaketi  **HK 3.2.** selgitab giiditöö põhitegevusi ja tehnikaid kliendi tähelepanu suunamisel  **HK 3.3.** jutustab vähemalt kolm lähiümbruse vaatamisväärsuse legendi  **HK 3.4.** viib giidi rollis praktiliselt läbi lühiekskursiooni, analüüsib enda tegevust | **Grupitöö kompleksülesande III osa:** lisada vaatamisväärsuste infopakett (lood, legendid) giiditöö ettevalmistamiseks. Peast jutustada vähemalt kolme objekti legend või lugu. Selgitada giiditöö põhimõtteid ja klientide tähelepanu hoidmise ja suunamise tehnikaid.  Praktiline kompleksülesande esitlus: Viia läbi oma sihtrühmale suunatud vähemalt kolme turismiobjektiga lühiekskursioon. Esitlusel tutvustada tehtut ja analüüsida iseenda rolli giidina. | 1. **Giiditöö alused**  * Ekskursiooni läbiviimise metoodika * Marsruudi koostamine * Vaatamisväärsuste legendid ja lood, nende jutustamine * Tähelepanu tõmbamise ja hoidmise metoodika ja tööriistad |
| **Õppemeetodid** | loeng, õppekäigud, individuaalne ja rühmatöö, andmebaaside kasutamine | | |
| **Mooduli kokkuvõttev hindamine** | Mooduli õpiväljundite saavutatust hinnatakse **mitteeristavalt**. Õppija on omandanud mooduli õpiväljundid hindamiskriteeriumitega määratud tasemel; õpilane on sooritanud kõik hindamisülesanded, sh iseseisva töö nõuetekohaselt ning tähtajaks. | | |
| **Õppematerjal** | <http://healthrepublic.ee/et/about/meist/>  <http://www.estravel.ee/uudised/2012/01/suur-hotellimajutuse-sonastik/>  <http://www.puhkaeestis.ee/et/eesti-turismiarenduskeskus/spetsialistile/turismi-tootearendus/terviseturism>  <http://hci.liacs.nl/files/PracticalAccess2ServiceDesign.pdf>  <http://www.hkhk.edu.ee/eope/majandus/turismiliigid_ja_vormid.html>  <https://www.rahvaraamat.ee/p/kuidas-kasvab-turismipuu/32855/et?isbn=9789949466160>  <https://www.rahvaraamat.ee/p/kuidas-tunned-eestimaad-eesti-turismigeograafia-%C3%B5pik/27859/et?isbn=9789949438839>  Matkajuhi koduleht: [www.matkajuht.ee](http://www.matkajuht.ee) | | |

# **12. Näomaalingute kujundamine**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **12** | **NÄOMAALINGUte kujundamine** | | **1 EKAP / 26 tundi** |
| **Õpetajad:** | | | |
| **Eesmärk:** õpetusega taotletakse, et õppija tuleb toime lihtsamate näomaalingute tegemisega lähtudes kliendi soovidest ja teenusele esitatavatest nõuetest | | | |
| **Nõuded mooduli alustamiseks:** Läbitud anatoomia, nahahaiguste teemad. | | | |
| **Õpiväljundid** | **Hindamiskriteeriumid** | **Hindamismeetodid ja ülesanded** | **Mooduli teemad** |
| **ÕV1.** omandab näomaalingute teostamiseks vajalikud töövõtted arvestades tööle esitatavate kvaliteedi nõuetega | **HK 1.1.** kirjeldab kasutatavate materjalide sobivust erinevate nahatüüpidele  **HK 1.2**. selgitab ja kirjeldab oma käitumist materjalide mittesobivusest tulenevate ohtude ja riskide korral  **HK 1.3.** demonstreerib erinevaid töövõtteid vastavalt näomaalingu teemale sh arvestab ergonoomilisi asendeid töö tegemisel | **Demonstratsioon koos selgitusega:**  vastavalt ülesandele demonstreerida näomaalingute erinevaid töövõtteid ja meetodeid. Selgitada materjalide sobivust nahaga ja mittesobivusest tulenevaid ohte ja riske.  Kavandada teemakohane näomaaling Nõustada klienti selle hooldamisel. Analüüsida oma töö tulemust. Pildistada valmis tööd ja lisada koos analüüsivate kommentaaridega erialasesse õpimappi  **Fotografeerida ja** **lisada digiõpimappi** | 1. Näomaalingute kasutusalad erinevate sündmuste ilmestamiseks 2. Vahendid, materjalid, töövõtted 3. Maalingute tegemine 4. Silmad ja emotsioonid. Pettemaalingud 5. Praktiline töö: loomad, linnud, vee- elukad, tegelased, lilled ja liblikad, põsemaalingud, käemaalingud, varia. |
| **ÕV2.** planeerib ja teostab näomaalinguid kliendikeskselt | **HK 2.1.** kavandab vastavalt teemale näomaalingu  **HK 2.2**. nõustab ja juhendab klienti näomaalingu hooldamisel  **HK 2.3.** esitleb ja analüüsib valmis tööd |
| **Õppemeetodid** | loeng, rühmatöö, praktiline töö, iseseisev töö | | |
| **Kokkuvõtva hinde kujunemine** | **Kriteeriumid** | **Arvestatud** | |
|  | Näomaalingute tegemise ettevalmistus ja ergonoomilised töövõtted | Uurib kliendi soove ja kooskõlastab sobivuse nahatüübile. Vastab õpetaja küsimustele võimalike mittesobivuste kohta. Selgitab tööprotsessis kasutatavaid ergonoomilisi asendeid nii enda kui töö sooritaja kui kliendi seisukohalt. Valmistab ette töölaua protsessi läbiviimiseks. Kirjeldab planeeritava töö võtteid ja tehnikaid. Vastab õpetaja täiendavatele küsimustele. | |
| Näomaalingu kujundamine | Kujundamisel lähtub etteantud teema kavandist, kasutab materjali ratsionaalselt. Lõpptulemus on esteetiline ja teostuselt korrektne. Teavitab klienti maalingu valmisolekust.  Analüüsib tehtud tööd ja vastab õpetaja küsimustele. | |
| Kliendi nõustamine järelhoolduse suhtes | Küsib kliendi enesetunde/rahulolu kohta ja juhendab järelhoolduse osas ilma kliendipoolse küsimiseta. Annab soovitusi ka näomaalingule/sündmuse sobiva riietuse suhtes. | |
| **Mooduli kokkuvõttev hindamine** | Mooduli õpiväljundite saavutatust hinnatakse **mitteeristavalt**. Õppija on omandanud mooduli õpiväljundid hindamiskriteeriumitega määratud tasemel; õpilane on sooritanud kõik hindamisülesanded, sh iseseisva töö nõuetekohaselt ning tähtajaks. | | |
| **Õppematerjal** | Õpetaja jagatav õppematerjal | | |

# **13. Ripsmetehnika**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **13** | **ripsmetehnika** | | **1EKAP / 26 tundi** |
| **Õpetajad:** | | | |
| **Eesmärk:** õpetusega taotletakse, et õpilane korrigeerib ja värvib kulmud ning ripsmed ja paigaldab kliendile sobivad ripsmepikendused kasutades korrektseid töövõtteid ning järgides kliendikeskse teeninduse põhimõtteid. | | | |
| **Nõuded mooduli alustamiseks:** puuduvad | | | |
| **Õpiväljundid** | **Hindamiskriteeriumid** | **Hindamismeetodid ja ülesanded** | **Mooduli teemad ja alateemad, lõimumine teiste moodulitega** |
| **ÕV1.** värvib ripsmed ja kulmud ning korrigeerib kulmud vastavalt kliendi soovile ja arvestades kulmu kuju ning protseduurile esitatavaid nõudeid | **HK 1.1.** demonstreerib kulmude korrigeerimist, kasutab töövahendeid ohutult  **HK 1.2.** valib sobivad töövahendid ja värvib ülesande põhjal ripsmed ning kulmud, selgitab ja järgib tööle esitatavaid hügieeni- ja ohutusnõudeid  **HK 1.3.** sooritab näidistöö ripsmete paigaldamisest arvestades protsessi läbiviimisel esitatavate nõuetega, selgitada oma tegevust  **HK 1.4.** nõustab klienti kulmude ja ripsmete kodusel hooldamisel | **Demonstratsioon koos selgitusega:**  vastavalt ülesandele demonstreerida   1. kulmude korrigeerimist 2. ripsmete ja kulmude keemilist värvimist 3. Ripsmete paigaldamist 4. sobivate toodete, vahendite valikut, kasutamist ja ohutuid töövõtteid 5. Kliendi nõustamist kodusel hooldamisel   **Fotografeerida ja lisada digiõpimappi** | 1. Kulmude korrigeerimine 2. Kulmude ja ripsmete värvimisel kasutatavad vahendid ja materjalid. Ohutegurid 3. Ripsmete ja kulmude värvimine 4. Keemiline värvimine 5. Tehnikad, näidustused ja vastunäidustused (allergia ripsmevärvile, nakkused silma piirkonnas, ripsmelest). Praktiline harjutamine 6. Klassikaline ripsmepikenduste paigaldamise tehnikad 7. Klassikaliste ripsmete paigaldamine, modelleerimine 8. Ripsmepikendused |
| **Õppemeetodid** | praktiline töö ja tehtu analüüsimine, rühmatöö, iseseisev töö õppematerjalidega | | |
| **Kokkuvõtva hinde kujunemine** | **Kriteeriumid** | **Arvestatud** (lävend) | |
|  | Protsessi ettevalmistamine | Töövahendid on ettevalmistatud hügieeninõuetele vastavalt, töölaud ja ümbrus korrastatud. Valitud tooted vastavad antud ülesandele. Kõik protsessi läbiviimiseks vajalikud vahendid on käepäraselt asetatud. | |
| Kulmude korrigeerimise kvaliteet | Kulmude kuju vastab kavandatule, lõpptulemus näeb välja esteetiline. Õppija on tegevuses iseseisev. Lubatud on aja ületamine maksimaalselt 5 minutit. | |
| Kunstripsmete paigaldamise kvaliteet | Ühtlane ja täpne paigaldus. Lõpptulemus on loomulik ja esteetiline. | |
| Oma tegevuse selgitamine | Selgitab oma tegevust asjakohaselt ja iseseisvalt. | |
| Kliendi nõustamine edasise hoolitsuse osas | Küsis eelnevalt kliendi silmade eripära kohta ja arvestas kuulduga. Nõustamine asjakohane, piisava detailsusega, olles vajadusel kliendi eripärast tulenevalt delikaatne ja mõistev. Vastab kliendi täiendavatele küsimustele. | |
| Töö ergonoomika ja tööohutusega arvestamine | Teadvustab ja selgitab töö tegemisel tekkivaid sundasendeid, pöörab tähelepanu iseenda ja kliendi asendi mugavusele. | |
| **Mooduli kokkuvõttev hindamine** | Mooduli õpiväljundite saavutatust hinnatakse **mitteeristavalt**. Õppija on omandanud mooduli õpiväljundid hindamiskriteeriumitega määratud tasemel; õpilane on sooritanud kõik hindamisülesanded, sh iseseisva töö nõuetekohaselt ning tähtajaks. | | |
| **Õppematerjalid** | Õpetaja koostatud õppematerjal  Kiviluoma, L. (2011). *Nägu kauniks.* Tallinn: Tammerraamat  Videomaterjal:  <https://www.youtube.com/watch?v=E2CzqzZv68w>  https://www.youtube.com/watch?v=oZQRM6JhIEQ&list=PLxd2vWPVNOCF7sLi-uHtXxDdfTQPj9Trh&index=2  <https://www.youtube.com/watch?v=cYro5L3Y1Vs>  https://www.youtube.com/channel/UCOapdYFBhpm-mQVMHYFf9wg/videos | | |

# **14.Juuste hooldamine**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **14** | **JUUSTE HOOLDAMINE** | | **2 EKAP / 52 tundi** |
| **Õpetajad:** | | | |
| **Eesmärk:** õpetusega taotletakse, et õppija omandab teadmised ja oskused klientide juuste hooldamiseks spaateenuse osutamisel järgides klienditeeninduse häid tavasid | | | |
| **Nõuded mooduli alustamiseks:** omandanud erialaõppe põhimoodulid | | | |
| **Õpiväljundid** | **Hindamiskriteeriumid** | **Hindamismeetodid ja ülesanded** | **Mooduli teemad** |
| **ÕV1.** hindab kliendi juuste seisundit ja hooldab ning korrastab kliendi soengu sobivate toodete ja vahenditega rakendab ergonoomilisi töövõtteid ja tööohutuse- ning hügieeninõudeid | **HK 1.1.**kirjeldab visuaalse hindamise põhjal kliendi juuste seisundit ja selgitab toodete valikut  **HK 1.2**. demonstreerib juhendi põhjal kliendi peapesu, valides sobivad tooted,  **HK 1.3.** demonstreerib juhendi põhjal juuste kuivatamist fööniga ja koolutamist lihtsasse föönisoengusse kasutades ergonoomilisi töövõtteid ning järgides tööohutuse ja hügieeninõudeid | **Demonstratsioon ja esitlus:** hinnata kliendi juuste seisundit, viia läbi peapesu kasutades sobivaid tooteid. Kuivatada fööniga kergesse föönisoengusse. Nõustada klienti kodusel juuste hooldamisel.  Töö tegemisel pöörata tähelepanu ergonoomilistele töövõtetele ja tööohutuse- ning hügieeninõuetele. Esitlusel vastata õpetaja täiendavatele küsimustele. | 1. Kliendi juuste seisundi visuaalne hindamine 2. Sobivate toodete valik 3. Kliendipeapesu teostamine 4. Juuste kuivatamine ja koolutamine 5. Kliendi nõustamine müügitoodete valikul 6. Klienditeeninduse hea tava |
| **ÕV2.** nõustab klienti sobivate juuksehooldustoodete valikul koduseks hoolduseks | **HK 2.1.** demonstreerib ülesande põhjal kliendi nõustamist sobivate juuksehooldustoodete valikul koduseks hoolduseks lähtudes kliendi soovidest ja vajadustest, järgib klienditeeninduse head tava |
| **Õppemeetodid** | olukorra hindamist, analüüsi ja lahendamist, elulised klienditeeninduslikud näiteid, praktiline harjutamine | | |
| **Mooduli kokkuvõttev hindamine** | Mooduli õpiväljundite saavutatust hinnatakse **mitteeristavalt**. Õppija on omandanud mooduli õpiväljundid hindamiskriteeriumitega määratud tasemel; õpilane on sooritanud kõik hindamisülesanded, sh iseseisva töö nõuetekohaselt ning tähtajaks. | | |
| **Õppematerjal** |  | | |

# **15. Depilatsioon**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **15** | **DEPILATSIOON** | | **2 EKAP / 52 tundi** |
| **Õpetajad:** | | | |
| **Eesmärk:** õpetusega taotletakse, et õpilane teab erinevaid karvade eemaldamise meetodeid, viib läbi karvade eemaldamist erinevatest kehapiirkondadest vahatamismeetodil ning järgib kliendikeskse teeninduse põhimõtteid. | | | |
| **Nõuded mooduli alustamiseks:** puuduvad | | | |
| **Õpiväljundid** | **Hindamiskriteeriumid** | **Hindamismeetodid ja ülesanded** | **Mooduli teemad** |
| **ÕV1**. hindab kliendi naha seisundit ning viib läbi erinevatest kehapiirkondadest karvade eemaldamise vahatamismeetodil | **HK 1.1.** selgitab naha seisundile ja piirkonnale sobivat karvade eemaldamise meetodit, valmistab ette kliendi ja nõustab teda järelhoolduse suhtes  **HK 1.2.** eemaldab karvad vahatamismeetodit kasutades ergonoomilisi töövõtteid ja järgides tööohutuse ja hügieeninõudeid | **Demonstratsioon koos esitlusega:** hinnata kliendi naha seisundit ning vastavalt sellele valmistada ette ja viia läbi erinevatest kehapiirkondadest karvade eemaldamine vahatamismeetodil, rakendab tööde tegemisel ergonoomilisi töövõtteid ning järgib tööohutuse- ja hügieeninõudeid  nõustada klienti depilatsiooni järgse nahahoolduse osas ning vastata õpetaja küsimustele karvade eemaldamise erinevate meetodite kohta. | 1. Kliendi naha seisundi hindamine  2. Vastunäidustused vahatamiseks  3. Erinevad tooted vahatamiseks  4. Erinevate piirkondade vahatamine  5. Töövõtted vahatamiseks  6. Depilatsioonijärgne nahahooldus  7. Erinevad karvaeemaldusmeetodid |
| **Õppemeetodid** | loeng, rühmatöö, seminar, praktiline harjutamine | | |
| **Mooduli kokkuvõttev hindamine** | Mooduli õpiväljundite saavutatust hinnatakse **mitteeristavalt**. Õppija on omandanud mooduli õpiväljundid hindamiskriteeriumitega määratud tasemel; õpilane on sooritanud kõik hindamisülesanded, sh iseseisva töö nõuetekohaselt ning tähtajaks. | | |
| **Õppematerjal** | Õpetaja koostatud õppematerjal ja töölehed | | |

# **16. Küünte kaunistamine**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **16** | | **KÜÜNTE KAUNISTAMINE** | | **1 EKAP / 26 tundi** | |
| **Õpetajad:** | | | | | |
| **Eesmärk:** õpetusega taotletakse, et õpilane teeb lihtsamaid küünekaunistusi ja omab ülevaadet erinevatest küünekaunistusvõimalustest ning järgib kliendikeskse teeninduse põhimõtteid. | | | | | |
| **Nõuded mooduli alustamiseks:** puuduvad | | | | | |
| **Õpiväljundid** | **Hindamiskriteeriumid** | | **Hindamismeetodid ja ülesanded** | | **Mooduli teemad** |
| **ÕV1.** Teeb küünekaunistuse ühele või mitmele küünele, kasutab sobivaid värvitoone, kaunistusvahendeid ja töövõtteid | **HK 1.1.** demonstreerib tööülesandest lähtuvalt küünekaunistuste teostamist ühele või mitmele küünele, järgib ergonoomilisi töövõtteid ning tööohutuse- ja hügieeninõudeid.  **HK 1.2.** selgitab ülesande põhjal erinevate värvitoonide ja kaunistusvahendite omavahelist sobitamist vastavalt kaunistuse spetsiifikale  **HK 1.3.** koostab pildikogumiku küünte kaunistamisvõimalustest | | **Demonstratsioon ja esitlus:** teeb korrektse ja viimistletud küünekaunistuse vähemalt kolmel erineval viisil, selgitab oma tegevust ja toonide, kaunistusvahendite omavahelist sobivust vastavalt kaunistuse spetsiifikale.  **Koostab digitaalse pildikogumiku** küünte erinevatest kaunistamise võimalustest koos toestamise selgitustega.  **Lisada digiõpimappi** | | 1. Küünekaunistusmaterjalid 2. Küünekaunistustehnikad 3. Erinevate kaunistuste kombineerimine 4. Erinevate värvitoonide kombineerimine 5. Töövõtete harjutamine |
| **Õppemeetodid** | loeng, rühmatöö, seminar, praktiline harjutamine | | | | |
| **Mooduli kokkuvõttev hindamine** | Mooduli õpiväljundite saavutatust hinnatakse **mitteeristavalt**. Õppija on omandanud mooduli õpiväljundid hindamiskriteeriumitega määratud tasemel; õpilane on sooritanud kõik hindamisülesanded, sh iseseisva töö nõuetekohaselt ning tähtajaks. | | | | |
| **Õppematerjal** | [Spectacular Nail Art: A Step-by-Step Guide to 35 Gorgeous Designs](https://books.google.ee/books?id=TF88BAAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=nail+art+guide&hl=et&sa=X&ved=0ahUKEwi3hPvK__XXAhXFUlAKHTXHCKMQ6AEILzAB) [Larit Levy](https://www.google.ee/search?sa=X&biw=1920&bih=949&tbm=bks&tbm=bks&q=inauthor:%22Larit+Levy%22&ved=0ahUKEwi3hPvK__XXAhXFUlAKHTXHCKMQ9AgIMzAB) - 2014  [A Beginner's Nail Art Guide to Nail Stamping](https://books.google.ee/books?id=gV4-MQAACAAJ&dq=nail+art+guide&hl=et&sa=X&ved=0ahUKEwi3hPvK__XXAhXFUlAKHTXHCKMQ6AEINzAC) [Nina Colada](https://www.google.ee/search?sa=X&biw=1920&bih=949&tbm=bks&tbm=bks&q=inauthor:%22Nina+Colada%22&ved=0ahUKEwi3hPvK__XXAhXFUlAKHTXHCKMQ9AgIOzAC) - 2016  [DIY Nail Art: Easy, Step-by-Step Instructions for 75 Creative Nail ..](https://books.google.ee/books?id=-NwwktU4P18C&printsec=frontcover&dq=nail+art+guide&hl=et&sa=X&ved=0ahUKEwiPjOOtgfbXAhXIa1AKHWTPBVA4ChDoAQhlMAk).[Catherine Rodgers](https://www.google.ee/search?sa=N&biw=1920&bih=949&tbm=bks&tbm=bks&q=inauthor:%22Catherine+Rodgers%22&ved=0ahUKEwiPjOOtgfbXAhXIa1AKHWTPBVA4ChD0CAhpMAk) - 2013  <http://www.nailitmag.com/how-to/nail-art-tutorials> videod | | | | |