

Pärnumaa Kutsehariduskeskuse õppekava

82 kinnitatud 02.06.2017

Õppekavarühm		Juuksuritöö ja iluteenindus				
Õppekava nimetus		Kosmeetik				
		Cosmetician				
		КОСМЕТОЛОГ				
Õppekava kood EHISes		187257				
ESMAÕPPE ÕPPEKAVA					JÄTKUÕPPE ÕPPEKAVA	
EKR 2	EKR 3	EKR 4 kutsekeskha ridus	EKR 4	EKR 5	EKR 4	EKR 5
				X		
Õppekava maht (EKAP):		120				
Õppekava koostamise alus:		Kutsestandard Kosmeetik, tase 5. Teeninduse Kutseõukogu otsus nr 36, 11.10.2023, kehtib kuni 10.10.2028. Vabariigi Valitsuse 26.08.2013 määrus nr 130 „Kutseharidusstandard“				
Õppekava õpiväljundid:		<p>Kutseõppe lõpetaja:</p> <ul style="list-style-type: none"> väärtustab valitud kutset ja eriala, on kursis kutse- ja eriala arengusuundadega ning teadlik erinevatest tööturu suundumustest; teenindab ilusalongis klienti tema välimuse parendamiseks, arvestades tema soove ja isikupära, vajadusi ja võimalusi ning on teenindades salliv ja tolerantne, vastutab oma töö lõpptulemuse eest; töötab erinevatel vooluliikidel põhinevate seadmetega, kasutab erinevaid töö- ja hooldusvahendeid, arvestab tööohutuse-, hügieeni ja keskkonnanõuetega ning rakendab tervist säästvaid ergonoomilisi töövõtteid; töötab sihipäraselt ja loominguuliselt, hindab oma teadmisi ja oskusi ning täiendab end iseseisvalt ja on kursis erialaste uuendustega, teeb ettepanekuid töötulemuste parendamiseks; teenindab klienti kliendikeskse teeninduse põhimõtteid järgides tagades sellega konfidentsiaalsuse ja organisatsiooni maine hoidmise; kogub ja analüüsib tööülesannete täitmiseks vajalikku informatsiooni kasutades erinevaid info- ja kommunikatsioonitehnoloogia vahendeid; osaleb tulemuslikult erinevate meeskondade töös, omab valmisolekut neid vajaduse korral moodustada ja juhtida ning juhendab kaastöötajaid. 				
Õppekava rakendamine:		Õppevorm statsionaarne - koolipõhine õpe Sihtrühm				
Nõuded õpingute alustamiseks						
Kosmeetiku viienda taseme esmaõppe õpingute alustamise tingimuseks on keskhariduse olemasolu						
Nõuded õpingute lõpetamiseks						
Õpiväljundite saavutatust hinnatakse kutseeksamiga, mida võib sooritada ka osade kaupa. Kui kutse- või erialal ei ole kutseeksami sooritamise võimalik, lõpetatakse õpingud erialase lõpueksamiga. Juhul, kui kutseeksami sooritamise ebaõnnestub, on õpilasel õigus sooritada õpingute lõpetamiseks erialane lõpueksam. Haridusliku erivajadusega õpilase puhul hinnatakse õpiväljundite saavutatust erialase lõpueksamiga, mille võib asendada kutseeksamiga.						
Lõpetamisel väljastatavad dokumendid						
Õpingute läbimisel omandatav(ad)						
kvalifikatsioon(id):		Kosmeetik, tase 5				
osakutse(d):		puuduvad				
Õppekava struktuur						
PÕHIÕPINGUD (100 EKAP sh. PRAKTIKA 20 EKAP)						

- Sissejuhatus kutseõpingutesse - 1 EKAP
- Õpitee ja töö muutuv keskkonnas - 5 EKAP
- Kosmeetiku alusõpe - 4 EKAP
- Anatoomia, füsioloogia ja patoloogia - 4 EKAP
- Kosmeetiline keemia - 3 EKAP
- Näohooldus - 10 EKAP
- Käte- ja jalgade hooldus - 10 EKAP
- Kehahooldus - 10 EKAP
- Jumestamine - 2 EKAP
- Juhendamine - 2 EKAP
- Erialane inglise keel - 3 EKAP
- Praktiline klienditeenindus - 26 EKAP
- Praktika - 20 EKAP

VALIKÕPINGUD (20 EKAP)

- Ettevõtlusõpe - 5 EKAP
- Kutsealane liikumine - 1 EKAP
- Maniküür ja pediküür geellakiga - 7 EKAP
- Näokuju modelleerimine - 5 EKAP
- Rahatarkus - 2 EKAP
- Vaimne tervis - 1 EKAP
- Erialane soome keel - 3 EKAP
- Tervist edendava elu- ja tööstiili kujundamine - 6 EKAP

Põhiõpingute moodulid (100 EKAP)

Sissejuhatus kutseõpingutesse	1 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • omab ülevaadet kosmeetiku kutsest, eriala õppekava ülesehitusest, kutsetaseme tõstmise võimalustest ning õppe- ja praktikakorraldusega seonduvast • omab ülevaadet kosmeetiku erialal töäjõuturul toimuvast • mõtestab õpitava eriala töö iseloomu- ja ilusalongide töökeskkonna eripära • tunneb ülevaatlikult kosmeetiku- sh jumestajatöö ajalugu ja arengutrende
Õpitee ja töö muutuv keskkonnas	5 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • kavandab oma õpitee, arvestades isiklikke, sotsiaalseid ja tööalaseid võimalusi ning piiranguid • analüüsib ühiskonna toimimist, tööandja ja organisatsiooni probleeme ning võimalusi, lähtudes jätkusuutlikkuse põhimõtetest • hindab oma panust enda ja teiste jaoks väärtuste loomisel kultuurilises, sotsiaalses ja/või rahalises tähenduses • koostab ennastjuhtiva õppijana lühi- ja pikaajalise karjääriplaani
Kosmeetiku alusõpe	4 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • teab mikroorganisme ja nende poolt põhjustatud haigusi ning infektsiooni mõistet ja selle vältimise võimalusi • teab levinumaid nahahaigusi ja nende iseloomulikke tunnuseid, erinevaid nahalööbeelemente, nahahaiguste nakkusohtlikkust ja vältimise võimalusi ning hoolduse põhimõtteid • mõistab tasakaalustatud toitumise põhimõtteid, tähtsust ja mõju inimese organismile • teab korrektse välimuse, hügieeni ja esmaabi tagamise meetmeid ning ergonoomiliste töövõtete kasutamise vajadust kosmeetiku töös
Anatoomia, füsioloogia ja patoloogia	4 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • teab inimese ehitust ja funktsioneerimist rakutasandilt, organismi kui ühtse terviku moodustumiseni • teab organismi talitlusi mõjustavaid tegureid ja mõistab

		inimkeha patoloogiliste protsesside olemust ja mõju organismile
Kosmeetiline keemia	3 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • mõistab orgaanilise ja anorgaanilise keemia mõistet ning terminoloogiat • omab ülevaadet kosmeetilistes toodetes kasutatavate toorainete klassifikatsioonist, ainete toimest organismile ja mõjust kosmeetilises tootes • mõistab kosmeetikas kahjulikeks peetavate ainete toimet nahale ja organismile
Näohooldus	10 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • teab erinevaid näonahatüüpe ja nende hoolduspõhimõtteid, näidustusi ja vastunäidustusi näohooldusprotseduuridele • valmistab ette töökoha, teeb näonaha analüüsi ja teostab näonahatüübile vastava hoolduse kasutades sobivaid tooteid, töövahendeid, -võtteid ja elektrilist kosmeetilist aparatuuri • teeb näo erihooldusi kasutades erinevaid tehnikaid ja rakendades tööde tegemisel ergonoomilisi töövõtteid järgides tööohutuse- ning hügieeninõudeid • teeb ilukirurgia eel- ja järelhooldusi arvestades kliendi vajaduste ja ohutusega • värvib keemiliselt ripsmed ja kulmud sobivate toodetega, korrigeerib ja/või kujundab kulmud arvestades kliendi näokuju ja soovidega • eemaldab kliendi näopiirkonnast soovimatud karvad arvestades karvaeemalduse näidustusi ja vastunäidustusi, kasutades sobivaid töövõtteid, -vahendeid ja aparatuuri • nõustab klienti sobivate koduhooldustoodete ja hoolduste valikul, kasutab erialalist terminoloogiat ka võõrkeeles
Käte- ja jalgade hooldus	10 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • teab näidustusi ja vastunäidustusi erinevateks käte- ja jalgade hooldusteks ning mõistab hoolduste toimet nahale ja küüntele kasutades erialalist terminoloogiat ka võõrkeeles • valmistab ette töökoha ja kliendi käte- ja jalgadehoolduse läbiviimiseks valides sobivad töövahendid, -võtted ning tooted • hindab ja analüüsib vaatluse põhjal kliendi käte- ja jalgade naha ning küünte seisukorda ja jalgade ehituses esinevaid muutusi ning nõustab klienti sobivate hooldustoodete valikul • teeb kliendile erinevaid käte- ja jalgade hoolduseid lähtudes esteetilisest lõpptulemusest rakendades tööde tegemisel ergonoomilisi töövõtteid ja järgides tööohutuse- ning hügieeninõudeid • jälgib hoolduste läbiviimiseks vajalike toodete, töövahendite, aparaatide kasutusvalmidust ja tooteinfot
Kehahooldus	10 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • valmistab ette töökoha keha hoolduseks, valib sobivad tooted, töö- ja abivahendid vastavalt hoolduse spetsiifikale • jälgib tööks vajalike toodete ja vahendite olemasolu, tooteinfot ja kasutusjuhendeid, tellib neid juurde vastavalt volitustele • analüüsib kliendi naha seisukorda, selgitab välja näidustused ja vastunäidustused keha hooldusele, kliendi soovid ja vajadused ning planeerib edasise hoolduse või suunab vajadusel kliendi arsti konsultatsioonile • teostab kliendile sobiva keha hoolduse, kasutab õigeid töövõtteid, sobivaid tooteid, töö- ja abivahendeid ning aparatuuri, arvestades hoolduse spetsiifikat ja ohutusnõudeid • teeb kliendile selja- ja üldmassaaži, kasutab erinevaid

		<p>massaažitehnikaid ja –võtteid, arvestab näidustusi ja vastunäidustusi</p> <ul style="list-style-type: none"> • eemaldab soovimatud karvad erinevatest kehapiirkondadest, arvestab karvaeemalduse näidustusi ja vastunäidustusi, kasutab sobivaid töövõtteid, -vahendeid ja aparatuuri • jälgib klienti hoolduste käigus, nõustab hoolduste eel ja järgselt, soovib koduhooldustooteid ja teostab tulemuslikku lisamüüki
Jumestamine	2 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • valmistab ette töökoha kliendi jumestamiseks lähtudes nahatüübist, näokujust, värviõpetuse alustest valides sobivad tooted ja töövahendid • teeb päeva- ja õhtujumestust arvestades kliendi soovide ja näokujuga kasutades sobivaid tooteid, töövahendeid, -võtteid ja stiile rakendades ergonoomilisi töövõtteid ning järgides tööohutuse ja hügieeninõudeid • nõustab klienti sobivate jumestustoodete ja vahendite valikul kasutades erialalist terminoloogiat ka võõrkeeles
Juhendamine	2 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • juhendab nooremat kolleegi igapäeva töös, toetab ja julgustab erinevate töö situatsioonide lahendamisel • organiseerib igapäeva tööd, koostab töögraafikuid ning kontrollib enda ja kaastöötajate töö kvaliteeti • annab konstruktiivset tagasisidet, on julgustav ja toetav • juhib enda ja teiste arengut, on võimeline kiiresti kohanema muutuva olukorraga ning suuteline organiseerima ümber nii enda kui teiste tööd
Erialane inglise keel	3 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • kasutab erialast terminoloogiat hoolduste läbiviimisel nimetades töövahendeid ja tooteid • suhtleb rahvusvahelise kliendiga otsesuhtluses ja telefoni teel • nõustab klienti inglise keeles
Praktiline klienditeenindus	26 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • valmistab ette töökoha ja seadmed, mõistab kliendi vajadustele ja soovidele orienteeritud teenindamise tähtsust, järgib suhtlemise reegleid • võtab vastu klienti, selgitab välja kliendi soovi, planeerib tööaja ja teenindab kliente, järgides kõikides tööprotsessides tööohutus- ja tööhügieeninõudeid • teeb kliendile erinevaid näo-, keha- läte- ja jalgade hooldusi, annab vajadusel esmaabi • soovib kliendile hooldusvahendeid kodus kasutamiseks
Praktika	20 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • planeerib enda praktika eesmärgid ja tööülesanded tulenevalt praktikajuhendist • tutvub praktika koha töökorralduse, sisekorraeeskirjadega sh tööhügieeni ja töökoha korrashoiu nõuetega ning läbib sissejuhatava ja tööohutusosalase esmase juhendamise • töötab juhendamisel praktikaettevõttes, järgib ettevõtte töökorraldusest tulenevaid nõudeid, rakendab töötamisel efektiivseid ja ohutuid töövõtteid ning täidab klienditeeninduse • täidab iga tööpäeva lõpus praktikapäeviku ja iga nädala lõpus eneseanalüüsi sisaldava aruande ning esitab praktika lõppedes korrektselt vormistatud praktika aruande ja esitleb
Valikõpingute moodulid (30 EKAP)		
Ettevõtlusõpe	5 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • hindab ärivõimalusi, arvestades iseenda eeldusi ja ettevõtluskeskkonda • kavandab turundustegevused vastavalt äriidees valitud

		<p>tootele, tarbijale ja turutingimustele</p> <ul style="list-style-type: none"> • kavandab ettevõtte eelarvestamise, finantseerimise ja majandusarvestuse põhimõtteid lähtudes õigusaktidest ja heast tavast • korraldab ettevõtte juhtimise ja arenduse lähtuvalt ärimudelist
Kutsealane liikumine	1 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • tunneb inimese luustikku ja lihaskonda • tunneb ära treenimist vajava lihase • valib treenimist vajavatele lihastele sobivad harjutused • määratleb enda kehalist aktiivsust ,täidab treeningpäevikut • jälgib oma rühti ja õiget kehahoiakut • valib kehahoidu ja rühti korrigeerivaid harjutusi
Maniküür ja pediküür geellakiga	7 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • teab küünte geellakkimisel kasutatavaid erinevaid tooteid, nende koostist ja tehnoloogiaid • teab geellakkimise näidustusi ja vastunäidustusi ning arvestab nendega oma töös • oskab kasutada aparaati maniküüri, pediküüri ja geellakkimise töödes • teab geellakkimise ja eemaldamise erinevaid töövõtteid ja vahendeid ning rakendab neid praktilises töös • nõustab klienti küünte koduhoolduses arvestades näidustuste ja vastunäidustustega, järgib kliendikeskset teenindust • omab ülevaadet küünte kaunistamise kujunemisest ja tänapäeva kaunistustrendidest • teab küünte kaunistamisel kasutatavaid erinevaid tooteid ja nende koostist, erinevate pintslite- ja disaini abivahendite kasutamise viise • valmistab tööks küüned ette ja kaunistab kasutades õigeid käeasendeid, erinevaid tooteid, küünte kaunistamise tehnikaid arvestades värvusõpetuse ja kompositsiooni alustega • töötab rakendades ergonomilisi töövõtteid ning järgib töö-, keskkonnaohutuse ja hügieeninõudeid, klienditeeninduse head tava
Näokuju modelleerimine	5 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • valmistab ette töökoha kliendi jumestamiseks lähtudes näokujust ja meigitüübist • tunneb ja kasutab erinevaid hajutamise tehnoloogiaid • teab modelleerimise erisusi, olenevalt meigi tüübist kasutab modelleerimiseks nii rasvabaasil värve kui ka kuivvärvi
Rahatarkus	2 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • Mõistab rahalisi säästmise ja teenimise võimalusi, lähtudes iseenda eeldustest ja oskustest ning keskkonna toetavatest ja piiravatest teguritest. • On teadlik erinevatest investeerimise ning laenamise võimalustest Eestis. Teab, mis maksukoormused erinevaid valikuid tehes tal tekivad ning oskab hinnata heategevuslikkuse sisu meie ühiskonnas.
Vaimne tervis	1 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • tunneb erinevaid psüühikahäireid ja sellest tulenevaid käitumuslike eripärasid, oskab valida kriisiolukordades sobivat kommunikatsioonivormi ning tulla toime kriisiolukordadega • oskab toetada ja hoida nii iseenda kui ka kaaslaste (klientide) vaimset tervist
Erialane soome keel	3 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • suhtleb igapäevases argisuhtluses kliendiga kasutades lihtsamaid soomekeelseid põhiväljendeid

		<ul style="list-style-type: none"> • selgitab välja kliendi soovi, rakendades sobivat keelekasutust, hoiakuid ja lugupidavat kultuurilist suhtumist soome keeles • kasutab iseseisvalt soomekeelset iluteenustega seotud põhisõnavara ja nõustab klienti teenuste ja toodete valikul • arveldab kliendiga ja lõpetab positiivselt kliendikontakti
Tervist edendava elu- ja tööstiili kujundamine	6 EKAP	<ul style="list-style-type: none"> • mõistab aktiivsete kehaliste tegevuste, tervislike eluviiside olemust ja tähtsust • tunneb kosmeetikutöö eripärast tulenevaid terviseriske ja planeerib ennetava aktiivse tegevuse • mõistab tervisliku toitumise olemust ja seost oma elustiiliga oma tervise hoidmisel ja töövõime tagamisel • valmistab juhendi järgi lihtsamaid toite tasakaalustatud toitumispõhimõtete kinnistamiseks
<p>Valikõpingute valimine: Õppija poolt valitud moodulid avatakse juhul, kui mooduli on valinud üle 50% õppegrupis õppijatest ning selgete eelistuste puudumisel valitakse kõige enam soovijaid kogunud valikmoodulid. Õpilasel on õigus valida valikõpingute mooduleid kooli teistest õppekavadest või teiste õppeasutuste õppekavadest kooli õppekorralduseeskirjas sätestatud korras.</p>		
Lõpueksami lühikirjeldus:		
Praktika kirjeldus:		
Spetsialiseerumised Puuduvad		
Õppekava kontaktisik	Õnne Ennusaar	
Märkused: Moodulite rakenduskava on kättesaadav:		

Pärnumaa Kutsehariduskeskus

Kosmeetik (452 Viienda taseme kutseõppe esmaõpe) moodulite rakenduskava

Sihtrühm	Keskharidusega õppijad
Õppevorm	statsionaarne - koolipõhine õpe

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
1	Sissejuhatus kutseõpingutesse	1	Ruth Ilves, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õppija omandab ülevaate kosmeetiku kutsest ja eriala õppekavast, õpingute jätkamise võimalustest ning saab ülevaate kosmeetikutöö kujunemisest ja kaasaja suundumustest, arendab õppimisoskust, enesekohaseid ja kultuurilisi pädevusi.		
	Auditoorne õpe		Iseseisev õpe
	20 tundi		6 tundi

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. omab ülevaadet kosmeetiku kutsest, eriala õppekava ülesehitusest, kutsetaseme tõstmise võimalustest ning õppe- ja praktikakorraldusega seonduvast	<ul style="list-style-type: none"> • iseloomustab kutsestandardi põhjal kosmeetiku kutset ja selle eripära • iseloomustab kooli õppekava põhjal kosmeetiku eriala õppekava ülesehitust, nimetab õppe- ja praktikakorraldusega seonduvaid kohustusi, võimalusi ja õigusi • selgitab kooli õppetöökorralduseeskirja alusel oma kohustusi ja õigusi õppetöös osalemisel • leiab internetist kosmeetiku kutseomistamisega seonduvat informatsiooni ja kirjeldab kehtiva kutsestandardi põhjal kosmeetiku tööd, töö eripära ja kutsetaotlemise hindamise sisu ja toimumist 	Mitteeristav hindamine
2. omab ülevaadet kosmeetiku erialal tööjõuturul toimuvast	<ul style="list-style-type: none"> • leiab tööülesandest lähtuvalt infot tööjõuturul pakutavatest kosmeetiku töökohtadest, milliste oskustega kosmeetikut tööjõuturg vajab kasutab selleks erinevaid infoallikaid 	Mitteeristav hindamine
3. mõtestab õpitava eriala töö iseloomu- ja ilusalongide töökeskkonna eripära	<ul style="list-style-type: none"> • analüüsib ja kirjeldab tööülesandest lähtuvalt kosmeetiku töö iseloomu- ja töökeskkonda, tuues 	Mitteeristav hindamine

	välja kosmeetiku töö plussid ja miinused	
4. tunneb ülevaatlikult kosmeetiku- sh jumestajatöö ajalugu ja arengutrende	<ul style="list-style-type: none"> koostab tööülesandest lähtuvalt ülevaate kosmeetikutöö kujunemisest ja iseloomulikest moesuundadest läbi aegade 	Mitteeristav hindamine

Mooduli jagunemine		
Sissejuhatus kooliellu Auditoorne õpe 5 Iseseisev õpe 2	Alateemad 1. Ülevaade kosmeetiku kutsest ja õppetööst 1.1. Tutvumine pedagoogilise personaliga 1.2. Tunniplaani põhimõtted. Õpilase õigused ja kohustused 1.3. Õppematerjalid ja - vahendid ning nende kättesaadavus 1.4. Õpilast puudutav dokumentatsioon 1.5. Kooli kodukord, õppekorralduseeskiri, VÕTA korraldus koolis 1.6. Erinevad õppetöö vormid, õpimeetodid 1.7. Kirjalike tööde vormistamise nõuded 1.8. Kutsestandardid 1.9. Kosmeetiku kutseksamite sooritamise võimalused, nõuded Praktilised tööd: Õpilane tutvub iseseisvalt õpetaja juhendi alusel kooli kohustuslike dokumentidega õppeinfosüsteemis ning on valmis kaasa rääkima antud teemal tunnis. Kooli tutvustav ringkäik	Seos õpiväljundiga omab ülevaadet kosmeetiku kutsest, eriala õppekava ülesehitusest, kutsetaseme tõstmise võimalustest ning õppe- ja praktikakorraldusega seonduvast
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Õpiväljunditele vastavad hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on lahendatud hindamiskriteeriumitele vastavalt ja hinnatud lävendi tasemel	
sh hindekriteeriumid	"A" saamise tingimus: Õppija: 1. tutvub iseseisvalt õpetaja juhendi alusel kooli kohustuslike dokumentidega õppeinfosüsteemis ning on valmis kaasa rääkima antud teemal tunnis	
Sissejuhatus kutseõpingutesse Auditoorne õpe 15 Iseseisev õpe 4	Alateemad 1. Kosmeetiku eriala tööjõuturul 1.1. tööjõuturul pakutavad kosmeetiku töökohad 1.2. kosmeetiku töös vajaminevad oskused Praktilised tööd: 1. Tööjõu otsingu portaalide kasutamine (www.rajaleidja.ee, www.cv.ee, www.hydra.ee, www.ilugurutoobors.wordpress.com jmt) 2. Selgitada välja interneti allikatele ja eelnevatele tööjõuotsingute portaalidele toetudes kosmeetikule vajaminevaid oskused ja teadmised	Seos õpiväljundiga omab ülevaadet kosmeetiku erialal tööjõuturul toimuvast mõtestab õpitava eriala töö iseloomu- ja ilusalongide töökeskkonna eripära tunneb ülevaatlikult kosmeetiku- sh jumestajatöö ajalugu ja arengutrende

	<p>2. Töö ja töökeskkonna eripära kosmeetiku erialal</p> <p>2.1. Ülevaade kosmeetiku töö iseloomust</p> <p>2.2. Kosmeetiku töö plussid ja miinused</p> <p>2.3. Õppesalongi üldine tutvustus. Seadmed ja sisustus õppesalongis, seadmete ohutus, tööohutus</p> <p>2.4. Töökeskkond ja ohutegurid. Ohutu töökeskkonna loomine. Tuleohutus</p> <p>2.5. Töökeskkond iluteenuseid osutavas ettevõttes</p> <p>2.6. Küllastajate turvalisuse tagamine iluteenuseid osutavas ettevõttes</p> <p>2.7. Keskkonnaprobleemid (globaalsed, regionaalsed, kohalikud) ja nende tekkepõhjused: jäätmed ja ületootmine, ressurside raiskamine</p> <p>2.8. Iga inimese osa keskkonna probleemide lahendamiseks</p> <p>2.9. Jäätmekäitluse nõuded, arvestades inimeste ja keskkonnaga enda ümber</p> <p>3.Ülevaade kosmeetikutöö ajaloost ja arengutrendidest</p> <p>3.1. Kosmeetikutöö ajalugu ja arengutrendid</p> <p>3.2. Moesuunad läbi aegade</p> <p>3.3. Kirjalike tööde vormistamise nõuded</p> <p>Praktilised tööd:</p> <p>1. Koostada juhendi järgi ülevaatlik ettekanne kosmetoloogia sh jumestajatöö ajaloost ja arengutrendidest. (paaristöö)</p>	
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Õpiväljunditele vastavad hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on lahendatud hindamiskriteeriumitele vastavalt ja hinnatud lävendi tasemel	
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <p>1. iseloomustab kutsestandardi põhjal kosmeetiku kutset ja selle eripära</p> <p>2. iseloomustab kooli õppekava põhjal kosmeetiku eriala õppekava ülesehitust, nimetab õppe- ja praktikakorraldusega seonduvaid kohustusi, võimalusi ja õigusi</p> <p>3. selgitab kooli õppetöökorralduseeskirja alusel oma kohustusi ja õigusi õppetöös osalemisel</p> <p>4. leiab internetist kosmeetiku kutseomistamisega seonduvat informatsiooni ja kirjeldab kehtiva kutsestandardi põhjal kosmeetiku tööd, töö eripära ja kutsetaotlemise hindamise sisu ja toimumist</p> <p>5. tutvub rühmatööna erinevate tööportaalidega ja esitada suuline ülevaade hetkel pakutavatest kosmeetiku töökohtadest: (toob välja vähemalt kolm allikat, kus pakutakse kosmeetikule tööd)</p> <p>6. selgitab välja interneti allikatele ja eelnevatele tööjõuotsingute portaalidele toetudes kosmeetikule vajaminevad oskused ja nõudmised ning nimetada vähemalt viis oskust, mille tööturg kosmeetikule esitab</p> <p>Iseseisvad tööd:</p> <p>1. koostab juhendi järgi ülevaatliku ettekande kosmetoloogia sh jumestajatöö ajaloost ja arengutrendidest</p> <p>2. koostab õppekäigu järgselt tööülesandest lähtuvalt ning juhendi alusel, vähemalt kahe küllastatud ilusalongi võrdluse (nende töökorraldus, sisustus, seadmed, valgustus, ventilatsioon, küte, ruumide siseviimistlus, koristamine, puhastamine, töövahendite</p>	

	desinfitseerimine) ja ülevaate kosmeetiku töö iseloomust ning töökeskkonnast tervikuna, tuua välja oma seisukoha kosmeetiku töö plussidest ja miinustest
Õppemeetodid	Rühmatöö, õppekäik, analüüs, võrdlus, arutelu, loeng, paaristöö, ringkäik, ettekanne
Hindamismeetodid	Hindamismeetodid: praktiline töö, suuline esitlus, rühmatöö, ülesanne/harjutus, analüüs, ettekanne/esitlus Hindamisülesanded: 1. Tutvuda rühmatööna erinevate tööportaalidega ja esitada suuline ülevaade hetkel pakutavatest kosmeetiku töökohtadest: (tuua välja vähemalt kolm allikat, kus pakutakse kosmeetikule tööd) 2. Selgitada välja interneti allikatele ja eelnevatele tööjõuotsingute portaalidele toetudes kosmeetikule vajaminevad oskused ja nõudmised ning nimetada vähemalt viis oskust, mille tööturg kosmeetikule esitab
Lõimitud teemad	Töökeskkond ja keskkonnahoid
Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine
Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine	Õpiväljunditele vastavad hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on lahendatud hindamiskriteeriumitele vastavalt ja hinnatud lävendi tasemel
sh lävend	“A” saamise tingimus: Õppija: 1. iseloomustab kutsestandardi põhjal kosmeetiku kutset ja selle eripära 2. iseloomustab kooli õppekava põhjal kosmeetiku eriala õppekava ülesehitust, nimetab õppe- ja praktikakorraldusega seonduvaid kohustusi, võimalusi ja õigusi 3. selgitab kooli õppetöökorralduseeskirja alusel oma kohustusi ja õigusi õppetöös osalemisel 4. leiab internetist kosmeetiku kutseomistamisega seonduvat informatsiooni ja kirjeldab kehtiva kutsestandardi põhjal kosmeetiku tööd, töö eripära ja kutsetaotlemise hindamise sisu ja toimumist 5. leiab tööülesandest lähtuvalt infot tööjõuturul pakutavatest kosmeetiku töökohtadest, milliste oskustega kosmeetikut tööjõuturg vajab kasutab selleks erinevaid infoallikaid 6. analüüsib ja kirjeldab tööülesandest lähtuvalt kosmeetikui töö iseloomu- ja töökeskkonda, tuues välja kosmeetiku töö plussid ja miinused 7. koostab tööülesandest lähtuvalt ülevaate kosmeetikutöö kujunemisest ja iseloomulikest moesuundadest läbi aegade
Õppematerjalid	1. Kutsestandard www.kutsekoda.ee 2. Kosmeetiku eriala kooli õppekava 3. Kooli koduleht ja siseveeb 4. Kooli terviserada 5. Kooli õppekorraldus-, sisekorra- ja praktikakorralduseeskiri 6. Tervisekaitseõuded ilu- ja isikuteenuste osutamisele http://www.terviseamet.ee/keskkonnatervis/teenuste-ohutus.html

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
2	Õpitee ja töö muutuv keskkonnas	5	Kristel Sepp, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad		
Mooduli eesmärk	õppija juhivad oma erialast karjääri tänapäevases muutuv keskkonnas, lähtudes elukestva õppe põhimõtetest		
Auditoorne õpe		Iseseisev õpe	
105 tundi		25 tundi	

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. kavandab oma õpitee, arvestades isiklikke, sotsiaalseid ja tööalaseid võimalusi ning piiranguid	<ul style="list-style-type: none"> • analüüsib oma huvisid, väärtusi, oskusi, teadmisi, kogemusi ja isikuomadusi, sh õpi-, suhtlemis- ja koostööoskusi. • analüüsib ennast ja oma õpiteed ning sõnastab oma õpieesmärgid • koostab eesmärgipärase isikliku õpitegevuste plaani, arvestades oma ressursside ja erinevate keskkonnateguritega 	Mitteeristav hindamine
2. analüüsib ühiskonna toimimist, töandja ja organisatsiooni probleeme ning võimalusi, lähtudes jätkusuutlikkuse põhimõtetest	<ul style="list-style-type: none"> • analüüsib meeskonnatööna turumajanduse toimimist ja selle osapoolte ülesandeid • analüüsib meeskonnatööna piirkondlikku ettevõtluskeskkonda • selgitab regulatsioonidest lähtuvaid töandja ja töövõtja rolle, õigusi ja kohustusi • analüüsib organisatsioonide vorme ja tegutsemise viise, lähtudes nende eesmärkidest • valib oma karjääri eesmärkidega sobiva organisatsiooni ning selgitab selles enda võimalikku rolli • seostab erinevaid keskkonnategureid enda valitud organisatsiooniga, selgitades probleeme ja jätkusuutlikke võimalusi • analüüsib erinevaid keskkonnategureid ning määratleb meeskonnatööna kompleksse probleemi ühiskonnas • kavandab meeskonnatööna uuenduslikke lahendusi, kasutades loovustehnikaid 	Mitteeristav hindamine
3. hindab oma panust enda ja teiste jaoks väärtuste	<ul style="list-style-type: none"> • analüüsib meeskonnatööna erinevate lahenduste 	Mitteeristav hindamine

loomisel kultuurilises, sotsiaalses ja/või rahalises tähenduses	kultuurilist, sotsiaalset ja/või rahalist väärtust <ul style="list-style-type: none"> • valib ja põhjendab meeskonnatööna sobivaima lahenduse probleemile • koostab meeskonnatööna tegevuskava ja eelarve valitud lahenduse elluviimiseks • hindab enda kui meeskonnaliikme panust väärtusloomes 	
4. koostab ennastjuhtiva õppijana lühi- ja pikaajalise karjääriplaani	<ul style="list-style-type: none"> • analüüsib oma kutsealast arengut, seostades seda lähemate ja kaugemate eesmärkidega ning tehes vajadusel muudatusi eesmärkides ja/või tegevustes • valib ja kasutab asjakohaseid infoallikaid koolitus-, praktika- või töökoha leidmisel ning koostab kandideerimiseks vajalikud materjalid • analüüsib tegureid, mis mõjutavad karjäärivalikuid ja millega on vaja arvestada otsuste langetamisel. Lähtub analüüsil oma eesmärkidest ning lühi- ja pikaajalisest karjääriplaanist • analüüsib oma oskuste arendamise ja rakendamise võimalusi muutuv keskkonnas 	Mitteeristav hindamine

Mooduli jagunemine

Asjaajamine, arvutiõpetus Auditoorne õpe 31 Iseseisev õpe 8	Alateemad 1. Arvutiõpetus/asjaajamine (31 tundi + 8 iseseisvat tundi) ÕV1 1.1 Õppetööks vajaliku info leidmine ja kasutamine 1.2 Tekstitöötlusprogrammi kasutamine, kirjalike tööde vormistamise nõuded 1.3 Esitluste koostamine 1.4. Elektrooniline kirjavahetus 1.5. Dokumentide loomine ja digiallkirjastamine 1.6. Dokumentide sh digitaaldokumentide säilitamine 2. Digiajastu tehnoloogilised vahendid kosmeetikutöös 2.1 Infotehnoloogia roll, võimalused ja potentsiaalseid ohud 2.2 Internetis saadaoleva teabe usaldusväarsuse kriitiline hindamine 2.3 Peamised arvutirakendused ja interneti võimalused ning nende kasutamine nii isiklikel kui tööalastel eesmärkidel 2.4 Abivahendite rakendamine teabe loomiseks, esitamiseks ja mõistmiseks (esitlus, Moodle)	Seos õpiväljundiga
--	--	--------------------

	keskkond jne.) 2.5 Internetipõhiste otsingusüsteemide ja muude teenuste kasutamine 2.6 Veebimaterjali seaduslik ja eetiline kasutamine 3. Asjaajamine 3.1 Drive Õpitee nimelise kausta loomine 3.2 Kandideerimisdokumendid ja nende koostamine: (CV, motivatsioonikiri, kaaskiri)	
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Õpilane esitab iseseisvad tööd ja hindamistööd, mis vastavad lävendile	
sh hindekriteeriumid	“A” saamise tingimus: Õppija: 1. koostab etteantud teemal esitluse ja esitleb seda rühmas 2. vormistab kandideerimisdokumendid (dokumentide loomisel arvestab õigusaktides, standardites toodud nõudeid)	
Esmaabi Auditoorne õpe 20 Iseseisev õpe 6	Alateemad 1. Esmaabi tähtsus ja tegutsemine õnnetuspaigal ÕV2 (16 t + 3 is) 1.1 Ohutuse tagamine endale ja kannatanule 1.2 Kannatanu seisundi hindamine 1.3.Abi kutsumine 2 Vältimatu esmaabi: 2.1 Elustamine 2.2 Tugevate verejooksude peatamine 2.3 Šokki ennetamine, süvenemise peatamine 3 Võõrkeha väljutamine hingamisteedest 4 Sisemised verejooksud, ajukahjustus 5 Haavad, tekke põhjused, esmaabi ja erinevad haava fikseerimise võtted. 6 Luumurrud, tunnused, esmaabi 7 Liigesetraumad (nikastus, nihetus, põrutus). 8 Mürgitused 9 Termilised kahjustused (põletused, kuuma- ja külmakahjustused) 10 Äkkhaigestumised 11 Esmaabivahendid töökohal ja kodus 12 Kriisiabi Haavade sidumisvõtete harjutamine Kannatanu elustamine 13. Päästeametisse helistamine (4 t + 3 is) 14. Suhtlemine päästeametiga	Seos õpiväljundiga analüüsib ühiskonna toimimist, tööandja ja organisatsiooni probleeme ning võimalusi, lähtudes jätkusuutlikkuse põhimõtetest

	15. Hoonest evakueerumine	
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hinnatavad ülesanded on sooritatud lävendi tasemel	
sh hindekriteeriumid	“A” saamise tingimus: Õppija: 1. osutab esmaabi (elustamisvõtted toimivad, haav on seotud hügieenireegleid ja sidumisreegleid arvestavalt) 2. kutsub etteantud olukorrale vastavalt päästeametist abi ja evakueerub õppeklassist vastavalt evakueerumisplaanile	
Karjääri planeerimine Auditoorne õpe 10 Iseseisev õpe 4	Alateemad Karjääri planeerimine (10 tundi + 4 iseseisvat tundi) ÕV IV 1. Karjääri planeerimine 2. Tööjõuturg ja selle muutumine 3. Eesmärkide seadmine ja otsustamine 4. Kandideerimisdokumendid inglise keeles (Europassi CV, motivatsioonikiri) 5. Tööintervjuu 6. Karjääriplaan	Seos õpiväljundiga koostab ennastjuhtiva õppijana lühi- ja pikaajalise karjääriplaani
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Õpilane esitab iseseisvad tööd ja analüüsib neid rühmas	
sh hindekriteeriumid	“A” saamise tingimus: Õppija: 1. koostab endale lühi- ja pikaajalise karjääriplaani ja analüüsib seda 2. osaleb näidistööintervjuul ja rühmatöodes	
Suhtlemise alused/Meeskonnatöö Auditoorne õpe 34 Iseseisev õpe 5	Alateemad Suhtlemine (18 tundi + 2 iseseisvat tundi) ÕV1 1. Sissejuhatus. Tutvumine. Tutvustamine. Tervitamise viisid. Kliendikeskne teenindus 2. Eneseanalüüs suhtlejana. Minu tasakaaluratas. 3. Huvid ja oskused sh suhtlemis- ja koostööoskused 4. Kuulamine ja küsimine. Isiksuseomadused. Töötamist mõjutavad isiksuseomadused. Väärtused 5. Kehakeel ja suhtlemine tööelus 6. Suhtlemissituatsioonid. Teenindaja kõnekeel, kliendisõbralikud väljendid. Mina tasandid suhtlemises: lapsevanem, laps ja täiskasvanu (nende mõju konfliktide tekkimisel ja konstruktiivsete lahenduste leidmisel klienditeeninduse suhtlemissituatsioonides) 7. Rollid tööelus 8. Enesejuhtimine, eneseregulatsioon 9. Refleksioon, reflektiivne mõtlemine Meeskonnatöö (16 tundi + 3 iseseisvat tundi) ÕV3 1. Meeskonnatöö eelised ja puudused töö korraldamisel	Seos õpiväljundiga kavandab oma õpitee, arvestades isiklikke, sotsiaalseid ja tööalaseid võimalusi ning piiranguid analüüsib ühiskonna toimimist, tööandja ja organisatsiooni probleeme ning võimalusi, lähtudes jätkusuutlikkuse põhimõtetest hindab oma panust enda ja teiste jaoks väärtuste loomisel kultuurilises, sotsiaalses ja/või rahalises tähenduses

	2. Meeskonna moodustamine, ülesannete jaotamine 3. Eesmärkide püstitamine 4. Meeskonnaliikmete vastutus 5. Konfliktide lahendamine	koostab ennastjuhtiva õppijana lühi- ja pikaajalise karjääriplaani
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Õpilane esitab iseseisvad tööd ja hindamistööd, mis vastavad lävendile	
sh hindekriteeriumid	“A” saamise tingimus: Õppija: 1. koostab eneseanalüüsi: Minu tasakaaluratas 2. lahendab etteantud probleemi meeskonnatöona 3. analüüsib meeskonnatöö toimimist rühmas	
Õpitee Auditoorne õpe 10 Iseseisev õpe 2	Alateemad Õpitee kavandamine (10 tundi + 2 iseseisvat tundi) ÕV I 1. Infoallikad koolitus-, praktika- ja töökoha leidmiseks 2. Õpioskused ja -eesmärgid, õpimotivatsioon 3. Kutsestandard. Kutsega seonduvad kompetentsid, vajalikud isikuomadused ja suhtlemisalased pädevused 5. Mina kui isiksus- minu tugevused ja nõrkused 6. Minu rollid ja rolliülesanded tulevases ametis	Seos õpiväljundiga kavandab oma õpitee, arvestades isiklikke, sotsiaalseid ja töölaseid võimalusi ning piiranguid
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi tasemel	
sh hindekriteeriumid	“A” saamise tingimus: Õppija: 1. koostab SWOT põhimõtetele tuginedes eneseanalüüsi ja õpitegevuste plaani	

Õppemeetodid	Rühmatöö, iseseisev töö arvutis, ülesannete lahendamine, meeskonnatöö, loeng, arutelu, esitlus, harjutus
Hindamismeetodid	Hindamismeetodid: analüüs, ülesanne/harjutus, probleemsituatsiooni lahendamine Hindamisülesanded: Koostada: 1. SWOT põhimõtetele tuginedes eneseanalüüs ja õpitegevuste plaan 2. isiklik lühi- ja pikaajaline karjääriplaani ja analüüsida seda 3. etteantud teemal esitluse ja esitleda seda rühmas 4. Sõnastada ja lahendada keskkonnaalane probleem meeskonnatöona
Lõimitud teemad	
Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine
Mooduli kokkuvõtva	Kõik hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi tasemel

hinde kujunemine	
sh lävend	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. koostab etteantud teemal esitluse ja esitleb seda rühmas 2. vormistab kandideerimisdokumendid (dokumentide loomisel arvestab õigusaktides, standardites toodud nõudeid) 3. osutab esmaabi (elustamisvõtted toimivad, haav on seotud hügieenireegleid ja sidumisreeglid arvestavalt) 4. kutsub etteantud olukorrale vastavalt päästeametist abi ja evakueerub õppeklassist vastavalt evakueerumisplaanile 5. koostab eneseanalüüsi: Minu tasakaaluratas 6. lahendab etteantud probleemi meeskonnatöona 7. analüüsib meeskonnatöö toimimist rühmas 8. koostab ülevaate keskkonna nõuetest ilu- ja isikuteeninduse valdkonnas 9. koostab SWOT põhimõtetele tuginedes eneseanalüüsi ja õpitegevuste plaani 10. koostab isikliku karjääriplaani 11. osaleb näidistöointervjuul ja rühmatöodes
Õppematerjalid	<ol style="list-style-type: none"> 1. Abiks valikutel. Eesti Töötukassa, Tallinn 2018 2. Istuda või astuda? Praktilised sammud oma elutee kavandamiseks. Sihtasutus Innove, 2014 3. Karjääri planeerimise oskuste kujundamine kutseõppes. Õpetajaraamat kutseõppeasutuse õpetajale. SA Innove karjääri- ja nõustamisteenuste arenduskeskus, Tallinn 2014 4. Anti Kidron. Suhtlemine. Mondo 2004 5. M. McKay, M. Davies, P. Fanning. Suhtlemisoskused. Väike Vanker 2004 6. https://www.minukarjaar.ee/esileht 7. Harjutused: Mina täna, https://www.minukarjaar.ee/esileht 8. Ardo Reinsalu. Praktiline ajajuhtimine. HAL Consult 2012 9. Aino Siimon. Ajajuhtimine. Tartu Ülikooli Kirjastus 2004 10. Kuidas seada motiveerivaid eesmärke: Tööleht 1. eesmärkide seadmine alla laadimiseks: https://www.inspiratsioon.ee/wp-content/uploads/2010/04/eesmargid_tooleht_inspiratsioon_ee.pdf Tööleht 2. eesmärkide seadmine alla laadimiseks: https://inspiratsioon.ee/wp-content/uploads/2020/01/eesmargi-seadmine.pdf 11. Julge unistada (inspiratsioonilugu) https://inspiratsioon.ee/julge-unistada/ 12. Tööturul nähtavaks video-CVga? https://www.minukarjaar.ee/et/lugemist/tooturul-nahtavaks-video-cvga-toeline-valjakutse-keskealisele-tootsijale 13. Harjutused: Mina homme, https://www.minukarjaar.ee/harjutused?filter=Mina-homme

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
3	Kosmeetiku alusõpe	4	Allan Lorents, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õppija omandab kosmeetikuna töötamiseks vajalikud teadmised mikrobioloogia alustest, levinumatest nahahaigustest, nende nakkusohtlikkusest ja vältimise võimalustest ning tasakaalustatud toitumise seostest tervisega		
Auditoorne õpe		Iseseisev õpe	Praktiline töö
44 tundi		31 tundi	29 tundi

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. teab mikroorganisme ja nende poolt põhjustatud haigusi ning infektsiooni mõistet ja selle vältimise võimalusi	<ul style="list-style-type: none"> • nimetab juhendi alusel mikroorganismid ja toob vähemalt kolm näidet iga mikroorganismi kohta neist põhjustatud nahahaigustest • selgitab juhendi alusel anafülaktilise šoki seisundit ja tegutsemist selle korral • selgitab infektsiooni ja immuunsuse mõistet ning tekkemehhanismi ja mikroorganismide vältimise võimalusi ilusalongis 	Mitteeristav hindamine
2. teab levinumaid nahahaigusi ja nende iseloomulikke tunnuseid, erinevaid nahalööbeelemente, nahahaiguste nakkusohtlikkust ja vältimise võimalusi ning hoolduse põhimõtteid	<ul style="list-style-type: none"> • nimetab vähemalt kolme levinumat ülitundlikust või allergilist reaktsiooni põhjustavat ainet kosmeetikas • nimetab juhendi alusel vähemalt kuut levinumat nahahaigust, kirjeldab nende tunnuseid, hoolduspõhimõtteid ja nakkusohtlikkuse vältimise võimalusi • selgitab joonise põhjal naha ehitust ja talitlust • nimetab juhendi alusel vähemalt 6 nahalööbeelemente, selgitab nende tekkepõhjuseid ja hoolduse põhimõtteid 	Mitteeristav hindamine
3. mõistab tasakaalustatud toitumise põhimõtteid, tähtsust ja mõju inimese organismile	<ul style="list-style-type: none"> • nimetab ülesande alusel vähemalt kuus mikrotoitainet ja kuus makrotoitainet, toob näiteid nende vajalikkusest organismile • kirjeldab ülesande alusel tervisliku toitumise põhimõtteid ja tervisliku toitumise soovitusi • nimetab vähemalt kaks toitumishäiret, kirjeldab nende olemust 	Mitteeristav hindamine

<p>4. teab korrektse välimuse, hügieeni ja esmaabi tagamise meetmeid ning ergonoomiliste töövõtete kasutamise vajadust kosmeetiku töös</p>	<ul style="list-style-type: none"> • selgitab kosmeetiku korrektse välimuse, tööriietuse ja tööjalatsite nõudeid • kirjeldab käte hügieeni nõudeid ilusalongis • selgitab salongi puhtuse ja hügieeni tagamise meetmeid, toob näiteid • hindab terviseriket, käitub olukorras objektiivselt, vajadusel helistab hädaabi numbrile ja annab adekvaatset informatsiooni toimunud • selgitab ülesande alusel esmaabi andmist erinevate probleemide korral (sh minestamine, südameseiskumine, traumad, verejooksud, allergiad, mürgistused, hingamisseiskumine, elektrilöögid, krampid, kõrge vererõhk, diabeet) • selgitab ergonoomiliste töövõtete vajadust, toob näiteid 	<p>Mitteeristav hindamine</p>
--	--	-------------------------------

Mooduli jagunemine		
<p>Ergonoomika Auditoorne õpe 4 Iseseisev õpe 3 Praktiline töö 6</p>	<p>Alateemad 5. ERGONOOMIKA 5.1. Ergonoomika mõiste, kujunemine ja eesmärk 5.2. Ohud ja vigastused suurte raskuste tõstmisel 5.3. Turvalisus. Tervislikkus. Tootlikkus. Arenduslikkus 5.4. Ergonoomiliste töövõtete kasutamine kosmeetiku töös</p> <p>Praktilised tööd: Demonstratsioon situatsioonülesande alusel: ergonoomika</p>	<p>Seos õpiväljundiga teab korrektse välimuse, hügieeni ja esmaabi tagamise meetmeid ning ergonoomiliste töövõtete kasutamise vajadust kosmeetiku töös</p>
<p>Hindamine</p>	<p>Mitteeristav hindamine</p>	
<p>sh kokkuvõtva hinde kujunemine</p>	<p>Õpiväljundi saavutamiseks vajalikud ülesanded on sooritatud lävendi tasemel</p>	
<p>sh hindekriteeriumid</p>	<p>“A” saamise tingimus: Õppija: 1. selgitab ergonoomiliste töövõtete vajadust, toob näiteid</p>	
<p>Hügieen Auditoorne õpe 10 Iseseisev õpe 3</p>	<p>Alateemad 4. HÜGIEEN 4.1. Hügieeni ja tervise mõiste. Isiklik hügieen. Kätehügieen. Salongihügieen. Dekontameerimine. Töörietus ja kaitsevahendid</p> <p>Praktiline töö:</p>	<p>Seos õpiväljundiga teab korrektse välimuse, hügieeni ja esmaabi tagamise meetmeid ning ergonoomiliste töövõtete kasutamise vajadust</p>

	1. Kooli õppelaboris praktiline harjutamine	kosmeetiku töös
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Test: kätehügieeni ja salongihügieeni mõisted	
sh hindekriteeriumid	“A” saamise tingimus: 1. selgitab kosmeetiku korrektse välimuse, tööriietuse ja tööjalatsite nõudeid 2. kirjeldab kätehügieeni nõudeid ilusalongis 3. selgitab salongi puhtuse ja hügieeni tagamise meetmeid, toob näiteid	
Mikrobioloogia Auditoorne õpe 10 Iseseisev õpe 14 Praktiline töö 14	Alateemad 1. MIKROBIOLOOGIA 1.1 MIKROORGANISMID Mikroorganismide tähtsus. Mikroorganismide morfoloogia: bakterid, mükoplasmad, riketsiad, seened, viirused, algloomad. 1.2 VÄLISKESKKONNA MÕJU MIKROOBIDELE Füüsikalised, keemilised ja bioloogilised tegurid. 1.3 MIKROFLOORA MÕISTE Organismi mikrofloora. Naha mikrofloora. Naha kaitsemehanismid. 1.4 NAKKUSHAIGUSTE KEMOTERAAPIA Biotsiidid ja antibiootikumid. Toime mehhanismid. 1.5 IMMUUNSUSÕPETUS Mõiste. Inimese organismi resistentsus. Antikehad ja antigeenid. Immuunvastus. Immuunsuse klassifikatsioon. Immuunpuudulikkus. Vaktsineerimine. 1.6 ALLERGIA Allergeenid. Varast ja hilist tüüpi allergia. Anafülaktiline šokk. 1.7 VIROLOOGIA Viiruste omadused. Viiruste jaotus. Viiruste poolt põhjustatud nahahaigused. 1.8 INFEKTSIOON JA SELLE VÄLTIMISE VÕIMALUSED Aseptika ja antiseptika Praktilised tööd: 1. Koostada juhendi alusel ettekande teemal infektsiooni vältimise võimalustest ilusalongis ja loetleb meetodeid, mida selleks kasutatakse (kirjalik töö) 2. Leida erinevate kosmeetiliste toodete koostisainete loetelust ülitundlikkust või allergilisi reaktsioone põhjustada võivaid aineid (rühmatöö ja suuline ettekanne)	Seos õpiväljundiga teab mikroorganisme ja nende poolt põhjustatud haigusi ning infektsiooni mõistet ja selle vältimise võimalusi
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõigi õpiväljundite hindamiskriteeriumid on saavutatud ja hinnatud lävendi tasemel	
sh hindekriteeriumid	“A” saamise tingimus: 1. nimetab juhendi alusel mikroorganismid ja toob vähemalt kolm näidet iga mikroorganismi kohta neist põhjustatud nahahaigustest 2. selgitab juhendi alusel anafülaktilise šoki seisundit ja tegutsemist selle korral	

	<p>3. selgitab infektsiooni ja immuunsuse mõistet ning tekkemehhanismi ja mikroorganismide vältimise võimalusi ilusalongis</p> <p>4. nimetab vähemalt kolme levinumat ülitundlikust või allergilist reaktsiooni põhjustavat ainet kosmeetikas.</p>	
<p>Nahahaigused</p> <p>Auditoorne õpe 9</p> <p>Iseseisev õpe 8</p> <p>Praktiline töö 2</p>	<p>Alateemad</p> <p>2. NAHAHAIGUSED</p> <p>2.1 NAHALÖÖBE ELEMENDID</p> <p>Esmased ja teisesed nahalööbeelemendid koos mõistetega.</p> <p>2.2 NAHAHAIGUSTE JAOTUS</p> <p>Sagedamini esinevad nakkavad nahahaigused: Mädanikulised nahahaigused (impetiigo, küünevallipõletik, follikuliit, karbunkel, furunkel jt.). Seenelised nahahaigused (dermatofüütia, kandidoos). Viiruslikud nahahaigused (lihtne ohatis, vöötohatis, soolatüükad, molluskid jt.). Parasitaarsed nahahaigused (täitõbi, sügelised, lestad). Haiguste olemus, sümptoomid, hoolduspõhimõtted, ennetamine.</p> <p>2.3 RASUNÄÄRMETE HAIGUSED</p> <p>Akne. Mõiste, tekkepõhjused, kliiniline pilt, klassifikatsioon, ravi- ja hoolduspõhimõtted.</p> <p>2.4 HIGINÄÄRMETE HAIGUSED</p> <p>Hüperhidroos, anhidroos, higinäärmete põletik.</p> <p>2.5 ALLERGILISED NAHAHAIGUSED</p> <p>Nõgestõbi, atoopiline dermatiit, kontaktdermatiit, ekseem. Kliiniline pilt, hoolduspõhimõtted.</p> <p>Peamised allergeenid.</p> <p>2.6 NAHA PIGMENTATSIOONIHÄIRED</p> <p>Hüper- ja hüpopigmentatsioonid. Pigmentsünnimärgid.</p> <p>2.7 SÜSTEEMSED HAIGUSED</p> <p>Ihtüoos. Erütematoos. Skleroderma. Psoriaas.</p> <p>2.8 NAHAKASVAJAD</p> <p>Hea- ja halvaloomulised kasvajad.</p> <p>2.9 JUUSTE HAIGUSED</p> <p>Arenguhäired, väljalangemine, värvi muutused, struktuuri muutused, muutused nakkushaiguste korral.</p> <p>2.10 KÜÜNTE HAIGUSED</p> <p>Arenguhäired, traumaatilised kahjustused, muutused süsteemsete haiguste korral, värvuse muutused, seenhaigus, sissekasvamine.</p> <p>2.11 SUGUHAIGUSED</p> <p>Süüfilis, gonorröa, klamüdioos, trihhomonoos, AIDS.</p> <p>Praktilised tööd:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Koostada juhendi alusel ettekande teemal looduslikud vahendid nahahoolduses (kirjalik töö) 2. Erinevate nahahaiguste tunnuste vaatlus mikroskoobi abil (rühmatöö) 	<p>Seos õpiväljundiga</p> <p>teab levinumaid nahahaigusi ja nende iseloomulikke tunnuseid, erinevaid nahalööbeelemente, nahahaiguste nakkusohklikkust ja vältimise võimalusi ning hoolduse põhimõtteid</p>

	3. Nõustada juhendi alusel klienti, annab soovitusi nahahoolduseks erinevate nahahaiguste esinemise korral, soovitatav vajadusel nahaarsti konsultatsiooni (rollimäng)	
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Tunnikontroll: naha ehitus, nahalööbelemendid, levinumad nahahaigused	
sh hindekriteeriumid	“A” saamise tingimus: 1. nimetab juhendi alusel vähemalt kuut levinumat nahahaigust, kirjeldab nende tunnuseid, hoolduspõhimõtteid ja nakkusohtlikkuse vältimise võimalusi 2. selgitab joonise põhjal naha ehitust ja talitlust 3. nimetab juhendi alusel vähemalt 6 nahalööbeelemente, selgitab nende tekkepõhjuseid ja hoolduse põhimõtteid	
Toitumisõpetus Auditoorne õpe 11 Iseseisev õpe 3 Praktiline töö 7	Alateemad 3. TOITUMISÕPETUS 3.1 Mikro- ja makrotoitained 3.2 Tasakaalustatud toitumise põhimõtted 3.3 Energiavajadus ja menüü koostamine 3.4 Taimetoitlus ja selle liigid 3.5 Toitumishäired, nende tekkepõhjused ja väljendumine Kirjalik töö: koostab juhendi alusel isikliku tasakaalustatud toitumise põhimõtteid järgiva päevamenüü, arvestades oma energiavajadust ja maitse eelistusi.	Seos õpiväljundiga mõistab tasakaalustatud toitumise põhimõtteid, tähtsust ja mõju inimese organismile
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik õpiväljundi hindamiskriteeriumid on saavutatud ja hinnatud lävendi tasemel	
sh hindekriteeriumid	“A” saamise tingimus: 1. nimetab ülesande alusel vähemalt kuus mikrotoitainet ja kuus makrotoitainet, toob näiteid nende vajalikkusest organismile 2. kirjeldab ülesande alusel tervisliku toitumise põhimõtteid ja tervisliku toitumise soovitusi 3. nimetab vähemalt kaks toitumishäiret, kirjeldab nende olemust	

Õppemeetodid	Loeng, arutelu, rühmatöö, esitlus, iseseisev töö, demonstratsioon, praktiline haarjutamine, video, rollimäng, analüüs
Hindamismeetodid	Hindamismeetodid: Tunnikontroll, kirjalik töö, test, rühmatöö, demonstratsioon Hindamisülesanded: 1. Tõendada teadmiste olemas olu naha ehituse, nahalööbeelementide ja levinumate nahahaiguste kohta 2. Tõendada teadmiste olemas olu järgmistel teemadel: mikroorganismid, mikroobide poolt põhjustatud nahahaigused, anafülaktiline šokk 4. Leida erinevate kosmeetiliste toodete koostisainete loetelust ülitundlikkust või allergilisi reaktsioone põhjustada võivaid aineid ning koostada ettekanne 5. Demonstreerida situatsioonülesande alusel esmaabi andmist 6. Demonstreerida situatsioonülesande alusel töö ergonoomikat 7. Tõendada teadmiste olemas olu teemal: käte- ja salongihügieen

Lõimitud teemad	
Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine
Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõigi õpiväljundite hindamiskriteeriumid on saavutatud ja hinnatud lävendi tasemel
sh lävend	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. nimetab juhendi alusel mikroorganismid ja toob vähemalt kolm näidet iga mikroorganismi kohta neist põhjustatud nahahaigustest 2. selgitab juhendi alusel anafülaktilise šoki seisundit ja tegutsemist selle korral 3. selgitab infektsiooni ja immuunsuse mõistet ning tekkemehhanismi ja mikroorganismide vältimise võimalusi ilusalongis 4. nimetab vähemalt kolme levinumat ülitundlikust või allergilist reaktsiooni põhjustavat ainet kosmeetikas. 5. nimetab juhendi alusel vähemalt kuut levinumat nahahaigust, kirjeldab nende tunnuseid, hoolduspõhimõtteid ja nakkusohtlikkuse vältimise võimalusi 6. selgitab joonise põhjal naha ehitust ja talitlust 7. nimetab juhendi alusel vähemalt 6 nahalööbeelemente, selgitab nende tekkepõhjuseid ja hoolduse põhimõtteid 8. nimetab ülesande alusel vähemalt kuus mikrotoitainet ja kuus makrotoitainet, toob näiteid nende vajalikkusest organismile 9. kirjeldab ülesande alusel tervisliku toitumise põhimõtteid ja tervisliku toitumise soovitusi 10. nimetab vähemalt kaks toitumishäiret, kirjeldab nende olemust 11. selgitab kosmeetiku korrektse välimuse, tööriietuse ja tööjalatsite nõudeid 12. kirjeldab kätehügieeni nõudeid ilusalongis 13. selgitab salongi puhtuse ja hügieeni tagamise meetmeid, toob näiteid 14. hindab terviseriket, käitub olukorras objektiivselt, vajadusel helistab hädaabi numbrile ja annab adekvaatset informatsiooni toimunust 15. selgitab ülesande alusel esmaabi andmist erinevate probleemide korral (sh minestamine, südameseiskumine, traumad, verejooksud, allergiad, mürgistused, hingamisseiskumine, elektrilöögid, krambid, kõrgvererõhk, diabeet) 16. selgitab ergonoomiliste töövõtete vajadust, toob näiteid
Õppematerjalid	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mikrobioloogia, kättesaadav aadressil http://www2.hariduskeskus.ee/opiobjektid/mikrobioloogia/?AVALEHT 2. Alamäe, T.; Kull, K; Kõljalg, R.; Masso, R; Ustav, M. 2000.a. Bioloogia gümnaasiumile II osa. Tartu, Eesti Loodusfoto. 3. Mikelsaar, M.; Karki, T.; jt. 2006.a. Meditsiiniline mikrobioloogia I osa. Tartu. 4. Mikelsaar, M.; Lutsar, I.; jt. 2007.a. Meditsiiniline mikrobioloogia II osa. Tartu 5. Sarapuu, Tago. 2002. Bioloogia gümnaasiumile I osa. Tartu, Eesti Loodusfoto. 6. Zilmer, M; Karelson, E; Vihalemm, T; 2001.a. Meditsiiniline biokeemia I. Tartu 7. Suhonen, R. Sagedamini esinevate nahahaiguste lühiteatmik 1996 8. Silm, H. Nahahaigused, Tallinn: Medicina 2010 9. Hannuksela M, Reunala T, Karvonen J, Suhonen R. (2006). Nahahaigused. Tallinn: AS Medicina 10. Ü. Parm, V.Parv “Nakkushaigused”

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
4	Anatoomia, füsioloogia ja patoloogia	4	Stella Nuust, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õppija teab inimese ehitust ja funktsioneerimist rakutasandilt kuni kogu organismi, kui ühtse terviku moodustumiseni ja patoloogiliste protsesside mõju organismile.		
Auditoorne õpe		Iseseisev õpe	Praktiline töö
50 tundi		26 tundi	28 tundi

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. teab inimese ehitust ja funktsioneerimist rakutasandilt, organismi kui ühtse terviku moodustumiseni	<ul style="list-style-type: none"> • kirjeldab ja selgitab joonise põhjal raku ehitust ja talitlust • nimetab joonise põhjal organismi kudesid, elundeid ja elundsüsteeme selgitades nende ehitust ja talitlust ning tähtsust organismis • nimetab ja selgitab joonise põhjal kõikide luude ja nende ühendite ning lihaste ehitust ja talitlust • selgitab joonise põhjal seede-, hingamise-, südame ja veresoonekonna ehitust ja talitlust • selgitab joonise põhjal kuse- ja suguelundite, sisesekreetsioonielundite ehitust ja talitlust • selgitab joonise põhjal meeleeelundite ja närvisüsteemi ehitust ja talitlust 	Mitteeristav hindamine
2. teab organismi talitlusi mõjustavaid tegureid ja mõistab inimkeha patoloogiliste protsesside olemust ja mõju organismile	<ul style="list-style-type: none"> • nimetab juhendi alusel vähemalt kolm organismi talitlust mõjutavat tegurit • nimetab juhendi alusel haiguste tekkepõhjuseid ja selle tagajärjel tekkinud muutusi organismis, toob näiteid 	Mitteeristav hindamine

Mooduli jagunemine		
Anatoomia ja füsioloogia Auditoorne õpe 30 Iseseisev õpe 12 Praktiline töö 16	Alateemad 1. SISSEJUHATUS ANATOOMIA, FÜSIOLOOGIA JA PATOLOOGIASSE Sissejuhatus. Erialane terminoloogia 2. RAKK JA KOED Raku mõiste, ehitus, talitlus. Raku jagunemine. Kudede mõiste, ehitus, talitlus, erinevad koeliigid ja nende iseloomustus	Seos õpiväljundiga teab inimese ehitust ja funktsioneerimist rakutasandilt, organismi kui ühtse terviku moodustumiseni

3. TUGI- JA LIIKUMISELUNDKOND

Jaotus. Erinevad luud, luude ehitus, luude areng, luude ühendid ja talitus, kolju tervikuna.

Põhilised lihasgrupid nende ehitus ja talitus

4. VERERINGESÜSTEEM

Jaotus. Vere koostis ja füsioloogia, südame ehitus ja talitus, suur ja väike vereringe.

Lümfisüsteemi ehitus ja talitus

5. HINGAMISELUNDKOND

Jaotus. Ehitus. Funktsioonid.

6. SEEDEELUNDKOND

Jaotus. Ehitus. Funktsioonid.

7. KUSE-JA SUGUELELUNDKOND

Jaotus. Ehitus. Funktsioonid.

8. NÄRVISÜSTEEM

Ehitus. Jaotumine. Närviaistingud. Refleksikaare mõiste. Meelelunkond. Närvisüsteemi talitus.

Perifeerne ja vegetatiivne närvisüsteem.

9. SISESEKRETSIOONI NÄÄRMED

Mõiste, jaotus, näärmete lühiiseloostus ja talitus

10. MEELELUNDID

Nägemis-, kuulmis-, tasakaalu-, maitsmis-, haistmis- ja kompimismeel

11. KATTEELUNDKOND

Nahk, karvad ja küüned nende ehitus ning talitus

Praktilised tööd:

1. Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine sh kasutab interneti ja õpiobjekti abi

2. http://www2.hariduskeskus.ee/opiobjektid/anatoomia/?ANATOOMIA_JA_F%DCSIOLOOGIA

3. Kirjalik töö: otsib juhendi alusel luudele ja lihastele ladina keelsed nimetused kasutades Internetti

4. Mäng - Luustik, Mäng - Lihased 1, Mäng - Lihased 2,

5. Tööleht: skeleti pildi põhjal märgib luu ja liigese nimetused, joonistab liigese ehituse

6. Tööleht: etteantud joonise põhjal märgib ja nimetab organismi koed, elundid ja elundsüsteemid

7. Tööleht: etteantud joonise põhjal märgib seede-, hingamis-, südame ning veresoonekonna nimetused

8. Tööleht: etteantud joonise põhjal märgib kuse- ja suguelundite, sisesekretsioonielundite nimetused

9. Tööleht: etteantud joonise põhjal märgib meeleelundite ja närvisüsteemi ehituse nimetused

10. Ristsõna: rakuõpetus

11. Tööleht: joonise järgi täidab raku pildi koos organelide funktsioonidega

	12. Kontrolltöö teemal: erinevate elundkondade ehitus ja talitus	
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on teostatud lävendi tasemel	
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: 1. kirjeldab ja selgitab joonise põhjal raku ehitust ja talitlust</p> <p>2. nimetab joonise põhjal organismi kudesid, elundeid ja elundsüsteeme selgitades nende ehitust ja talitlust ning tähtsust organismis</p> <p>3. nimetab ja selgitab joonise põhjal kõikide luude ja nende ühendite ning lihaste ehitust ja talitlust</p> <p>4. selgitab joonise põhjal seede-, hingamise-, südameja veresoonkonna ehitust ja talitlust</p> <p>5. selgitab joonise põhjal kuse- ja suguelundite, sisesekretsioonielundite ehitust ja talitlust</p> <p>6. selgitab joonise põhjal meeelundite ja närvisüsteemi ehitust ja talitlust</p>	
Patoloogia Auditoorne õpe 20 Iseseisev õpe 14 Praktiline töö 12	<p>Alateemad</p> <p>12. VANANEMISEGA SEOTUD MUUTUSED</p> <p>Füüsilised, psüühilised ja sotsiaalsed muutused, nendest tingitud eakate erivajadused. Füsioloogiline ja patoloogiline vananemine. Vananemismuutuste mõju eakate iseseisvale toimetulekule ja abivajadusele</p> <p>13. ERINEVAD VÄLISMÕJUD JA SÕLTUVUSED</p> <p>Ultraviolet kiirguse kahjulikkus. Tervislik toitumise tähtsus. Suitsetamise kahjulikud toimed. Alkoholi, narkootikumide, ravimite toimed organismile</p> <p>14. PATOLOOGIA</p> <p>Haiguste tekkepõhjused, Muutused organismis patoloogiliste haiguste mõjul</p> <p>Praktilised ülesanded:</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine teemal: vananemisega seotud muutused. Patoloogia</p> <p>Rühmatöö: Koostada juhendi alusel ülevaade teemast Haiguste tekkepõhjused, Muutused organismis patoloogiliste haiguste mõjul</p> <p>Kirjalik õppeülesanne - lünkade täitmine: vananemisega seotud psüühiliste ja sotsiaalsete muutuste tundmine, füsioloogiline ja patoloogiline vananemine</p> <p>Rühmatöö ettekanne: Haiguste tekkepõhjused, Muutused organismis patoloogiliste haiguste mõjul</p>	Seos õpiväljundiga teab organismi talitlusi mõjustavaid tegureid ja mõistab inimkeha patoloogiliste protsesside olemust ja mõju organismile
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on teostatud lävendi tasemel	
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: 1. nimetab juhendi alusel vähemalt kolm organismi talitlust mõjutavat tegurit</p> <p>2. nimetab juhendi alusel haiguste tekkepõhjuseid ja selle tagajärjel tekkinud muutusi organismis, toob näiteid</p>	
Õppemeetodid	Loeng, iseseisev töö, internetist infootsing, töö õpiobjektiga, rühmatöö, demonstratsioon, praktiline haarjutamine, video, mäng	

Hindamismeetodid	<p>Hindamismeetodid: iseseisev töö, praktiline töö, ülesanne/harjutus, test, tööleht, rühmatöö, arvestustöö, ettekanne/esitlus</p> <p>Hindamisülesanded:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Lahendada kirjalik õppeülesanne - lümkade täitmine: vananemisega seotud psüühiliste ja sotsiaalsete muutuste tundmine, füsioloogiline ja patoloogiline vananemine 2. Lahendada ristsõna: rakuõpetus 3. Täita tööleht: joonise järgi täita raku pilt koos organellide funktsioonidega 4. Märkida töölehel skeleti pildi põhjal luu ja liigese nimetused, joonistada liigese ehitus 5. Märkida ja nimetada töölehel etteantud joonise põhjal organismi koed, elundid ja elundsüsteemid 6. Läbida teadmiste kontroll teemal: erinevate elundkondade ehitus ja talitus
Lõimitud teemad	
Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine
Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on teostatud lävendi tasemel
sh lävend	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. kirjeldab ja selgitab joonise põhjal raku ehitust ja talitlust 2. nimetab joonise põhjal organismi kudesid, elundeid ja elundsüsteeme selgitades nende ehitust ja talitust ning tähtsust organismis 3. nimetab ja selgitab joonise põhjal kõikide luude ja nende ühendite ning lihaste ehitust ja talitlust 4. selgitab joonise põhjal seede-, hingamise-, südameja veresoonkonna ehitust ja talitlust 5. selgitab joonise põhjal kuse- ja suguelundite, sisesekretsioonielundite ehitust ja talitlust 6. selgitab joonise põhjal meeleelundite ja närvisüsteemi ehitust ja talitlust 7. nimetab juhendi alusel vähemalt kolm organismi talitlust mõjutavat tegurit 8. nimetab juhendi alusel haiguste tekkepõhjuseid ja selle tagajärjel tekkinud muutusi organismis, toob näiteid
Õppematerjalid	<ol style="list-style-type: none"> 1. Repositoorium: Õpiobjekt Anatoomia, füsioloogia ja patoloogia http://www.e-ope.ee/repositoorium/otsing?@=8qt5#euni_repository_10895 2. Ford, J.B. 1994.a. Inimene. Koolibri. Tallinn 3. Viikma, M.; Tartes, U. Bioloogia gümnaasiumile II osa 3. kursus. Tartu 4. Kolesnikov, V.N. 1960.a. Inimese anatoomia. Tallinn 5. Loogna, G. 1996.a. Anatoomia atlas. Avita 7. Nienstedt, W. et al. 2001.a. Inimese Füsioloogia ja anatoomia. As. Mediana 8. Roosalu, M. 2006.a. Inimese anatoomia. Koolibri. Tallinn 9. Kingsepp, P.H. 2006.a. Inimese füsioloogia. Tartu 10. Vigué-Martin. 2007.a. Inimkeha atlas <p>VEEBIVIITED:</p> <p>http://www.bartleby.com/107/ - Henry Gray anatoomiaõpik</p> <p>http://training.seer.cancer.gov/anatomy/ - Anatoomia ja füsioloogia</p> <p>http://www.vanatomy.com/ - Virtuaalne inimese anatoomiaõpe</p>

	<p>http://www.innerbody.com/htm/body.html - Inimese anatoomia mudelid</p> <p>http://www.anatomcom.ru/ - Inimese anatoomia atlas (vene keelne)</p> <p>http://sparkcharts.sparknotes.com/health/generalanatomy/ - Anatoomia</p> <p>http://visual.merriam-webster.com/human-being/anatomy.php - Anatoomia</p> <p>http://instruct.westvalley.edu/granieri/biology103coursepage.html - Õppematerjalid</p> <p>http://medliner.narod.ru/anatomy.html - Anatoomiaalased joonised</p>
--	---

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
5	Kosmeetiline keemia	3	Ruth Ilves, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õppija teab ainete põhiklasse; nende omadusi; kasutamist; keemilisi reaktsioone; molekulide ja aatomite ehitust; ioone; keemilisi sidemeid; ainete nimetusi ja tunnusrühmi; ainete kasutusvõimalusi kosmeetikas; erinevate toorainete rühmi, kasutamist ja toimet; kosmeetikatoodete koostist		
Auditoorne õpe		Iseseisev õpe	Praktiline töö
40 tundi		20 tundi	18 tundi

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. mõistab orgaanilise ja anorgaanilise keemia mõistet ning terminoloogiat	<ul style="list-style-type: none"> • nimetab ülesande põhjal keemiliste elementide ja ühendite nimetusi • nimetab ülesande põhjal anorgaanilisi ühendeid ja aineid, toob näiteid nende kasutamisest kosmeetikas 	Mitteeristav hindamine
2. omab ülevaadet kosmeetilistes toodetes kasutatavate toorainete klassifikatsioonist, ainete toimest organismile ja mõjust kosmeetilises tootes	<ul style="list-style-type: none"> • nimetab kosmeetilistes toodetes kasutatavate toorainete rühmi ja kasutamise eesmärki • selgitab kosmeetiliste toorainete toimet nahale ja toote koostisele • analüüsib kosmeetikatoodete koostist 	Mitteeristav hindamine
3. mõistab kosmeetikas kahjulikeks peetavate ainete toimet nahale ja organismile	<ul style="list-style-type: none"> • leiab kosmeetiliste toodete koostisest kahjulikeks peetavate ainete nimetusi • selgitab nende võimalikku mõju organismile ja keskkonnale 	Mitteeristav hindamine

Mooduli jagunemine		
Anorgaaniline- ja orgaaniline keemia Auditoorne õpe 10 Iseseisev õpe 4	Alateemad 1. ANORGAANILINE KEEMIA Aatom, ioon, molekul. Keemiline side. Reaktsiooni liigid. Ainete olekud, ühendid, lahused 2. ORGAANILINE KEEMIA Alkaanid, alkeenid, alküünid, areenid ja alkoholid, fenoolid ja aldehüüdid. Rasvad ja rasvhapped. Sahhariidid. Sünteetilised pesemisvahendid. Valgud ja nukleiinhapped. Ensüümid ja hormoonid, vitamiinid	Seos õpiväljundiga mõistab orgaanilise ja anorgaanilise keemia mõistet ning terminoloogiat

	<p>Praktilised tööd: Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine Kirjalik töö: leiab juhendi alusel kosmeetikas kasutatavaid aineid, toob välja nende keemilise valemi ja tunnusrühma Infootsing internetist: koostab tabeli teemal anorgaanilised ühendid ja ained, toob näiteid nende kasutamisest kosmeetikas</p>	
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud õpiväljunditele vastavate lävendite kohaselt	
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: 1. nimetab ülesande põhjal keemiliste elementide ja ühendite nimetusi 2. nimetab ülesande põhjal anorgaanilisi ühendeid ja aineid, toob näiteid nende kasutamisest kosmeetikas</p>	
<p>Kahjulikud ained Auditoorne õpe 12 Iseseisev õpe 7 Praktiline töö 2</p>	<p>Alateemad 4. KAHJULIKUD AINED Kosmeetikas kahjulikuks peetavad ained, nende toime organismile ja keskkonnale</p> <p>Praktilised tööd: Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine Leiab kosmeetiliste toodete koostisest (INCI)kahjulikeks peetavaid aineid, kirjeldab nende võimalikku toimet organismile ja keskkonnale</p>	<p>Seos õpiväljundiga mõistab kosmeetikas kahjulikeks peetavate ainete toimet nahale ja organismile</p>
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud õpiväljunditele vastavate lävendite kohaselt	
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: Õppija: 1. leiab kosmeetiliste toodete koostisest kahjulikeks peetavate ainete nimetusi, 2. selgitab nende võimalikku mõju organismile ja keskkonnale</p>	
<p>Kosmeetikumide toorained Auditoorne õpe 12 Iseseisev õpe 5 Praktiline töö 16</p>	<p>Alateemad 3. KOSMEETIKUMIDE TOORAINED INCI mõiste. Kreemi koostis. Emulsioonide tüübid. Lõhna-, säilitus- ja värvained. Tensiidid. Vesi, alkohol ja selle derivaadid, lahustid, estrid. Bioaktiivsed ained, niisutavad ja rahustavad ained. Immunokosmeetika, cosmeceuticals tooted. Vitamiinid, mineraalained. Ensüümid, tsütokiinid, hapnik, happed, antioksidandid, vabad radikaalid. Ainete imendumine. Aktiivainete transportijad. Taimsed, loomsed õlid, vahad, rasvad. Mineraal- ja sünteetilised õlid. Vaigud, tõrvad, vahad. Savi. Vetikad. Puuviljad, marjad köögiviljad kosmeetikas. Ürdid. Ökokosmeetika. Enimkasutatavate kosmeetiliste toodete koostis. Seebid, deodorandid, antiperspirandid.</p> <p>Praktilised tööd: 1. Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine</p>	<p>Seos õpiväljundiga omab ülevaadet kosmeetilistes toodetes kasutatavate toorainete klassifikatsioonist, ainete toimest organismile ja mõjust kosmeetilises tootes</p>

	<p>2. Kirjalik töö: koostada juhendi järgi põhjaliku analüüsi kolme kosmeetilise toote koostisosadest (INCI); tuua välja koostisosa nimetuse, tooraine rühma, tootes kasutamise eesmärgi (toime nahale, mõju tootes)</p> <p>3. Tutvuda erinevate kosmeetiliste toodete koostisega, määrab toote tüübi, koostisosade kosmeetilise tooraine rühma, toime nahale ja mõju tootes.</p> <p>4. Valmistada juhendamisel kosmeetilise emulsiooni, määrab selle tüübi, katsetab erinevate ainete segunemist, emulgaatori toimet</p>	
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud õpiväljunditele vastavate lävendite kohaselt	
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: 1. nimetab kosmeetilistes toodetes kasutatavate toorainete rühmi ja kasutamise eesmärgi;</p> <p>2. selgitab kosmeetiliste toorainete toimet nahale ja toote koostisele</p> <p>3. analüüsib kosmeetikatoodete koostist</p>	
Õigusaktid Auditoorne õpe 6 Iseseisev õpe 4	<p>Alateemad</p> <p>5. ÕIGUSAKTID</p> <p>Kosmeetikatoodete tootmist ja koostist reguleerivad õigusaktid</p> <p>Praktilised iseseisvad tööd:</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine</p> <p>Infootsing internetist: teemal kosmeetikatoodete tootmist ja koostist reguleerivad õigusaktid</p>	Seos õpiväljundiga mõistab kosmeetikas kahjulikeks peetavate ainete toimet nahale ja organismile
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud õpiväljunditele vastavate lävendite kohaselt	
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <p>1. töötab läbi erialase kirjanduse ja loengumaterjalid</p> <p>2. teostab infootsingu internetist: teemal kosmeetikatoodete tootmist ja koostist reguleerivad õigusaktid</p>	
Õppemeetodid	Loeng, arutelu, katsetamine laboris, infootsing internetist, iseseisev töö, praktiline töö	
Hindamismeetodid	<p>Hindamismeetodid: arvestustöö, praktiline töö, ettekanne/esitlus</p> <p>Hindamisülesanded:</p> <p>1. Teostada Infootsing internetist: koostada tabel teemal anorgaanilised ühendid ja ained, tuua näiteid nende kasutamisest kosmeetikas</p> <p>2. Leida kosmeetiliste toodete koostisest (INCI) kahjulikeks peetavaid aineid, kirjeldada nende võimalikku toimet organismile ja keskkonnale.</p> <p>3. Valmistada juhendamisel kosmeetiline emulsioon, määrata selle tüüp, katsetada erinevate ainete segunemist ja emulgaatori toimet</p>	

Lõimitud teemad	
Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine
Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud õpiväljunditele vastavate lävendite kohaselt
sh lävend	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. nimetab ülesande põhjal keemiliste elementide ja ühendite nimetusi 2. nimetab ülesande põhjal anorgaanilisi ühendeid ja aineid, toob näiteid nende kasutamisest kosmeetikas 3. nimetab kosmeetilistes toodetes kasutatavate toorainete rühmi ja kasutamise eesmärgi; 4. selgitab kosmeetiliste toorainete toimet nahale ja toote koostisele 5. analüüsib kosmeetikatoodete koostist 6. leiab kosmeetiliste toodete koostisest kahjulikeks peetavate ainete nimetusi, 7. selgitab nende võimalikku mõju organismile ja keskkonnale
Õppematerjalid	<ol style="list-style-type: none"> 1. Simisker, L. Kosmeetiline keemia , Tallinn 2012 https://www.innove.ee/UserFiles/Kutseharidus/%C3%95ppe-%20ja%20juhendamaterjalid/kosmeetilise_keemia_6ppematerjal_kosmeetikutele.pdf 2. Keemia põhiteadmised ,http://www.tlu.ee/~kertm/Keemia%20seminar/Keemia%20p%F5hiteadmised.pdf 3. Nõuded kosmeetikatoodetele ja nende käitlemisele. https://www.riigiteataja.ee/akt/13308843/htmlisa/13308855

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
6	Näohooldus	10	Ruth Ilves, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Läbitud või läbimisel moodulid: Sissejuhatus kutseõpingutesse, Kosmeetiku alusõpe, Anatoomia, füsioloogia ja patoloogia, Kosmeetiline keemia		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane viib läbi erinevaid näohooldusi arvestades kliendi soove ja vajadusi, andes kliendile emotsionaalse ja füüsilise heaolu tunde		
Auditoorne õpe		Iseseisev õpe	Praktiline töö
60 tundi		20 tundi	180 tundi

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. teab erinevaid näonahatüüpe ja nende hoolduspõhimõtteid, näidustusi ja vastunäidustusi näohooldusprotseduuridele	<ul style="list-style-type: none"> • nimetab erinevad näonahatüübid ja kirjeldab nende tunnuseid, tekkepõhjuseid ning hoolduspõhimõtteid • demonstreerib ülesande põhjal kliendi näonahatüübi väljaselgitamist ja nahaanalüüsi teostamist • nimetab vähemalt kolm näidustust ja vastunäidustust näohooldusprotseduurideks 	Mitteeristav hindamine
2. valmistab ette töökoha, teeb näonaha analüüsi ja teostab näonahatüübile vastava hoolduse kasutades sobivaid tooteid, töövahendeid, -võtteid ja elektrilist kosmeetilist aparatuuri	<ul style="list-style-type: none"> • demonstreerib tööülesandest lähtuvalt töökoha ja kliendi ettevalmistamist näohooldusprotseduuriks • põhjendab töövahendite ja toodete valikut • teostab tööülesandest lähtuvalt näonaha algpuhastamist, näonaha analüüsi, koorimist, aurutamist, mehhaanilist puhastamist, näo- ja dekoltee massaaži, maski pealekandmist, kreemitamist sobivate toodete, töövahendite ja -võtetega • viib läbi tööülesandest lähtuvalt kosmeetiliste näohooldusaparaatide kasutamist • jälgib tööks vajalike toodete ja vahendite olemasolu ning järgib tooteinfot ja töövahendite kasutusjuhendeid 	Mitteeristav hindamine
3. teeb näo erihooldusi kasutades erinevaid tehnikaid ja rakendades tööde tegemisel ergonoomilisi töövõtteid järgides tööohutuse- ning hügieeninõudeid	<ul style="list-style-type: none"> • demonstreerib tööülesandest lähtuvalt näoerihoolduse teostamist sobivate toodete ja töövõtetega • võrdleb tööülesande põhjal erinevaid näohooldusprotseduure 	Mitteeristav hindamine

	<ul style="list-style-type: none"> • näitab tööülesandest lähtuvalt ergonoomilisi töövõtteid ja tööohutuse- ning hügieeninõuete täitmist 	
4. teeb ilukirurgia eel- ja järelhooldusi arvestades kliendi vajaduste ja ohutusega	<ul style="list-style-type: none"> • viib läbi tööülesandest lähtuvalt ilukirurgia eel- ja järelhooldusi • põhjendab hoolduse ja toodete valikut • põhjendab hoolduse vajalikkust • nimetab vähemalt kaks protseduuri ohutusnõuet 	Mitteeristav hindamine
5. värvib keemiliselt ripsmed ja kulmud sobivate toodetega, korrigeerib ja/või kujundab kulmud arvestades kliendi näokuju ja soovidega	<ul style="list-style-type: none"> • teostab tööülesandest lähtuvalt ripsmete ja kulmude keemilist värvimist sobivate toodete ja töövahenditega • teeb tööülesandest lähtuvalt kulmude korrigeerimist ja kujundamist vastavalt näo kujule ja kliendi soovile sobivate töövahendite ja -võtete 	Mitteeristav hindamine
6. eemaldab kliendi näopiirkonnast soovimatud karvad arvestades karvaeemalduse näidustusi ja vastunäidustusi, kasutades sobivaid töövõtteid, -vahendeid ja aparatuuri	<ul style="list-style-type: none"> • kirjeldab inimese kehal esinevate karvade tüüpe, ehitust ja kasvufaase • nimetab vähemalt kaks karvaeemalduse näidustust ja vastunäidustust • teostab tööülesandest lähtuvalt karvaeemaldust erinevatest näopiirkondadest • põhjendab kasutatavate toodete, vahendite ja töövõtete valikut • teostab naha puhastamist vahajääkidest, kasutades sobivaid tooteid ja töövõtteid 	Mitteeristav hindamine
7. nõustab klienti sobivate koduhooldustoodete ja hoolduste valikul, kasutab erialalist terminoloogiat ka võõrkeeles	<ul style="list-style-type: none"> • selgitab kliendile depilatsiooni järgset koduhooldust • demonstreerib tööülesandest lähtuvalt kliendi nõustamist erinevate näohooldusprotseduuride valikul ja koduhooldustoodete soovitamist • rakendab erialalist terminoloogiat ka võõrkeeles 	Mitteeristav hindamine

Mooduli jagunemine

Näohooldus	Alateemad	Seos õpiväljundiga
Auditoorne õpe 60	1. NAHATÜÜBID JA NAHATÜÜPIDE MÄÄRAMINE	teab erinevaid
Iseseisev õpe 20	Naha ehitus. Nahatüübid: normaalne; kombineeritud; rasune, kuiv. Nahatüüpide määramine.	näonahatüüpe ja nende
Praktiline töö 180	Ainete imendumine nahka. Vananev nahk. Tundlik nahk. Kuperoosne nahk. Rasedusaegne	hoolduspõhimõtteid,

	<p>nahahooldus. Silma- ka kaelapiirkonna naha iseärasused</p> <p>2. NAHA ANALÜÜS Näo nahahaigused ja -muutused. Akne. Hüpo- ja hüperpigmentatsioonid. Ultraviolettkiirguse toimed. Meeste naha iseärasused ja hoolduspõhimõtted. Näidustused ja vastunäidustused näohooldusprotseduuridele</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine Rühmatöö teemal näonaha analüüs: koostab paaristööna kliendikaardi. Nimetab vähemalt kolm näidustust ja vastunäidustust näohooldusprotseduurideks Praktiline töö: situatsioonülesande alusel õppija demonstreerib kliendi näonahatüübi väljaselgitamist ja määramist ning täidab kliendikaardi Kontrolltöö: teemal NAHATÜÜBID JA NAHA ANALÜÜS</p> <p>3. NÄOHOOLDUSPROTSEDUURID Tööde järjekord. Töökoha valmisolek. Naha algpuhastus. Koorimine. Aurutamine. Mehhaaniline puhastus, poorilusika abil, ühekordsete nõelte kasutamine, ultraheliga näopuhastus. Näo- ja dekolteemassaaž. Maskide pealekandmine ja eemaldamine. Silma- ja päevakreemide pealekandmine. Vastunäidustused näohooldusprotseduuridele. Kliendi nõustamine, soovitused koduhoolduseks, toodete soovimine ja müük.</p> <p>4. NÄOHOOLDUSE APARATUUR Erinevatel voolutüüpidel põhinevad aparaadid: näo auruti, ionoforees, vaakumsuktsioon, d'arsenval ja frimaator, ultraheli, ultrahelispaatel, desinkrustatsioon, mikrodermabrasioon, RF-lifting, mesoporatsioon (aparaadi omadused, kasutamise eesmärk, toime, näidustused, vastunäidustused ja ohutusreeglid)</p> <p>5. NÄOHOOLDUSE TOOTED JA VAHENDID Puhastavad tooted. Kreemid. Maskid. Seerumid. Pinguldavad, elustavad, niisutavad ja pleegitavad hooldused. AHA, vitamiinid, liposoomid</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine Kirjalik töö: Koostab juhendi alusel kirjaliku ülevaate tänapäeval kasutatavatest kosmeetilisest aparaatidest kasutades infootsingut veebist ja teeb kaasõpilastele esitluse kasutades MS Powerpointi Demonstreerib töökoha ja kliendi ettevalmistamist näohooldusprotseduuriks. Erinevate näohooldusprotseduuride teostamine. Kosmeetilise elektrilise aparatuuri kasutamine</p> <p>6. NÄO ERIHOOLDUSED I</p>	<p>näidustusi ja vastunäidustusi näohooldusprotseduuridele valmistab ette töökoha, teeb näonaha analüüsi ja teostab näonahatüübile vastava hoolduse kasutades sobivaid tooteid, töövahendeid, -võtteid ja elektrilist kosmeetilist aparatuuri teeb näo erihooldusi kasutades erinevaid tehnikaid ja rakendades tööde tegemisel ergonoomilisi töövõtteid järgides tööohutuse- ning hügieeninõudeid teeb ilukirurgia eel- ja järelhooldusi arvestades kliendi vajaduste ja ohutusega värvib keemiliselt ripsmed ja kulmud sobivate toodetega, korrigeerib ja/või kujundab kulmud arvestades kliendi näokuju ja soovidega eemaldab kliendi näopiirkonnast soovimatud karvad arvestades karvaeemalduse näidustusi ja vastunäidustusi, kasutades sobivaid töövõtteid, -vahendeid ja aparatuuri nõustab klienti sobivate</p>
--	---	---

	<p>Erihooldused: kips-, parafiin-, kummimask, kollageenleht, erinevad seerumid, happekoorimine. Tööohutus- ja hügieeninõuded. Ergonoomika</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine Rühmatöö: demonstreerib paaristööna töökoha ja kliendi ettevalmistamist näo erihooldusprotseduuriks kasutades ergonoomilisi töövõtteid ja järgides tööohutuse- ja hügieeninõudeid</p> <p>7. NÄO ERIHOOLDUSED II Ilukirurgia eel- ja järelhooldused. Armiravi võimalused. Happekoorimised. Külmaravi. Lümfimassaaž. Kõrvalestade augustamine</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine Kirjalik töö: koostab juhendi alusel kirjaliku ülevaate tänapäeval kasutatavatest kosmeetilisest armiravi võimalustest kasutades infootsingut veebist ja teeb kaasõpilastele esitluse kasutades MS Powerpointi Rühmatöö: demonstreerib paaristööna töökoha ja kliendi ettevalmistamist näo erihooldusprotseduuriks kasutades ergonoomilisi töövõtteid ja järgides tööohutuse- ja hügieeninõudeid</p> <p>8. RIPSME TE JA KULMUDE KEEMILINE VÄRVIMINE Ettevalmistus, vajalikud tooted. Värvimise teostus. Nahalt värvijääkide puhastus. Kulmude modelleerimine. Erinevad tehnikad. Hügieeninõuded ja ergonoomika. Erinevad näokujud.</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine Situatsioonülesanne: demonstreerib ripsmete ja kulmude keemilist värvimist, valib kliendile sobiva värvitooni, kasutades sobivaid töövahendeid, -võtteid ja õigeid tootekoguseid, puhastab nahalt värvijäägid, korrigeerib või kujundab kliendi kulmud vastavalt näokujule ja soovile, kasutades pintsette ja/või vaha</p> <p>9. NÄO PIIRKONNA KARVADE EEMALDAMINE Karvatüübid, karva ehitus, karva kasvufaasid. Karvaeemaldusmeetodid. Karvaeemalduse näidustused ja vastunäidustused. Karvaeemalduses kasutatavad tooted, vahendid ja aparatuur. Erinevad vahad ja nende omadused. Suhkrupasta. Ohutusnõuded karvaeemaldusel. Karvaeemaldus. võtmed ja suunad. Karvaeemalduse eripärad erinevates kehapiirkondades. Naha puhastamine vaha- või suhkrupastajääkidest. Depilatsioonijärgne nahahooldus</p>	<p>koduhooldustoodete ja hoolduste valikul, kasutab erialalist terminoloogiat ka võõrkeeles</p>
--	---	---

	<p>Töövahendite desinfitseerimine</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine Kirjalik töö: ülevaate koostamine juhendi alusel kaasaegsete karvade eemaldamise võimaluste kohta tuues välja erinevate meetodite positiivsed ja negatiivsed küljed. Töö vormistamisel kasutada MS Exceli tabelit Situatsioonülesanne: Karvade eemaldamine näopiirkonnast pehme ja kõva vahaga</p> <p>10. KLIENDI NÕUSTAMINE Kliendi soovide ja igapäevase koduhoolduse rutiini väljaselgitamine. Hoolduste ja toodete valik. Tulemuslik lisamüük, kliendi soovide väljaselgitamine. Müügitöö põhimõtted.</p> <p>11. ERIALANE TERMINOLOOGIA VÕÕRKEELES Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine Situatsioonülesanne: demonstreerib etteantud ülesande alusel kliendi nõustamist erinevate näohoolduste ja toodete valikul kasutades erialast terminoloogiat ka võõrkeeles</p>	
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik õpiväljundite hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendite kohaselt	
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. nimetab erinevad näonahatüübid ja kirjeldab nende tunnuseid, tekkepõhjuseid ning hoolduspõhimõtteid 2. demonstreerib ülesande põhjal kliendi näonahatüübi väljaselgitamist ja nahaanalüüsi teostamist 3. nimetab vähemalt kolm näidustust ja vastunäidustust näohooldusprotseduurideks 4. analüüsib juhendi alusel kliendi vajadusi lähtuvalt tema näonaha tüübist ja selgitab kliendile näidustusi ja vastunäidustusi, planeerib hoolduse, teostab selle kasutades õigeid töövahendeid, töövõtteid, aparaate ja terminoloogiat, ületab hoolduse ajakava. On valmis väljendama ennast võõrkeeles lihtsamate sõnadega. Jälgib klienditeeninduse head tava 5. analüüsib kliendi vajadusi, planeerib ning teostab hooldus kasutades õigeid töövahendeid ja töövõtteid, jälgib hoolduse ajakava ning klienditeeninduse head tava 6. viib läbi tööülesandest lähtuvalt ilukirurgia eel- ja järelhooldusi, põhjendab hoolduse vajalikkust ja toodete valikut, nimetab vähemalt kaks protseduuri ohutusnõuet 7. planeerib ripsmete või kulmude värvimise ja korrigeerimise, teostab selle kasutades õigeid töövahendeid ja töövõtteid, jälgib hoolduse ajakava ning klienditeeninduse head tava 8. kirjeldab inimese kehal esinevate karvade tüüpe ja ehitust, teostab karvaeemalduse vastavalt kliendi soovile, valides antud eemaldamise viisile sobilikud töövahendid ja tooted ning järgib ergonoomilisi töövõtteid. Peale karvaeemaldust puhastab kliendi naha vastavalt hügieeninõuetele ning selgitab ja soovib kliendile depilatsiooni järgset nahahooldust 9. demonstreerib tööülesandest lähtuvalt kliendi nõustamist erinevate näohooldusprotseduuride valikul ja koduhooldustoodete soovitamist, rakendab erialalist terminoloogiat ka võõrkeeles 	

Õppemeetodid	Iseseisev töö, praktiline töö, arutelu, loeng, praktiline töö, demonstratsioon, analüüs, paaristöö, rühmatöö
Hindamismeetodid	<p>Hindamismeetodid: praktiline töö, kontrolltöö, ettekanne/esitlus, ülesanne/harjutus</p> <p>Hindamisülesanded:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Demonstreerida paaristöona töökoha ja kliendi ettevalmistamist näo erihooldusprotseduuriks kasutades ergonoomilisi töövõtteid ja järgides tööohutuse- ja hügieeninõudeid 2. Läbida teadmiste kontroll teemal NAHATÜÜBID JA NAHA ANALÜÜS 3. Demonstreerida kliendi näonahatüübi väljaselgitamist ja määramist ning täita kliendikaart 4. Demonstreerida ülesande põhjal ripsmete ja kulmude keemilist värvimist ja kulmude kujundamist 5. Teostada klassikaline näohooldusprotseduur koos mehhaanilise puhastusega kasutades lisaks ka elektrilist aparatuuri 6. Demonstreerida karvade eemaldamine näopiirkonnast pehme ja kõva vahaga 7. Nõustada etteantud ülesande alusel klienti näohooldustoodete valimisel ja kodusel kasutamisel kasutades erialast terminoloogiat ka võõrkeeles; selgitada ülesande alusel lisamüügi teostamise vajadust ja võtteid 8. Demonstreerida ripsmete ja kulmude keemilist värvimist, valida kliendile sobiv värvitoon, kasutada sobivaid töövahendeid, -võtteid ja õigeid tootekoguseid, puhastada nahalt värvijäägid, korrigeerida või kujundada kliendi kulmud vastavalt näokujule ja soovile, kasutades pintsette ja/või vaha
Lõimitud teemad	
Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine
Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik õpiväljundite hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendite kohaselt
sh lävend	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. nimetab erinevad näonahatüübid ja kirjeldab nende tunnuseid, tekkepõhjuseid ning hoolduspõhimõtteid 2. demonstreerib ülesande põhjal kliendi näonahatüübi väljaselgitamist ja nahaanalüüsi teostamist 3. nimetab vähemalt kolm näidustust ja vastunäidustust näohooldusprotseduurideks 4. analüüsib juhendi alusel kliendi vajadusi lähtuvalt tema näonaha tüübist ja selgitab kliendile näidustusi ja vastunäidustusi, planeerib hoolduse, teostab selle kasutades õigeid töövahendeid, töövõtteid, aparate ja terminoloogiat, ületab hoolduse ajakava. On valmis väljendama ennast võõrkeeles lihtsamate sõnadega. <p>Jälgib klienditeeninduse head tava</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. analüüsib kliendi vajadusi, planeerib ning teostab hooldus kasutades õigeid töövahendeid ja töövõtteid, jälgib hoolduse ajakava ning klienditeeninduse head tava 6. viib läbi tööülesandest lähtuvalt ilukirurgia eel- ja järelhooldusi, põhjendab hoolduse vajalikkust ja toodete valikut, nimetab vähemalt kaks protseduuri ohutusnõuet 7. planeerib ripsmete või kulmude värvimise ja korrigeerimise, teostab selle kasutades õigeid töövahendeid ja töövõtteid, jälgib hoolduse ajakava ning klienditeeninduse head tava 8. kirjeldab inimese kehal esinevate karvade tüüpe ja ehitust, teostab karvaeemalduse vastavalt kliendi soovile, valides antud eemaldamise viisile sobilikud töövahendid ja tooted ning järgib ergonoomilisi töövõtteid. Peale karvaeemaldust puhastab kliendi naha vastavalt hügieeninõuetele ning selgitab ja soovitab kliendile depilatsiooni järgset nahahooldust

	9. demonstreerib tööülesandest lähtuvalt kliendi nõustamist erinevate näohooldusprotseduuride valikul ja koduhooldustoodete soovitamist, rakendab erialalist terminoloogiat ka võõrkeeles
Õppematerjalid	<ol style="list-style-type: none"> 1. Maasing, M. Kolm klassikalist näomaski. Avenüü Professional, Tallinn 2007 2. Kiviluoma, L. Nägu kauniks. 2011 3. Mehik-Vasar, H. Salongihooldused talvest stressis nahale. Avenüü Professional, Tallinn 2008 4. Simisker, L. Naha koorimine. Avenüü Professional, Tallinn 2007 5. Simisker, L. Talvine nahahooldus. Beauty Salon, Tallinn 2007 6. Simisker, L. UV-kiirgus. Beauty Salon, Tallinn 2007 7. Kuum, E. Naha sagedasemad pigmendihäired, Avenüü Professional, Tallinn 2006 8. Kaljuvee, M., jt. Rahulolu massaažist. Peamassaaž. Näomassaaž. Peopesade ja käelaba massaaž. Beauty Salon, Tallinn 2007 9. Paumere, T. Nahk - organismi tähtis kaitseorgan. Avenüü Professional, Tallinn: 2008 10. Vihmar, T. Naha niiskussisaldus. Beauty Salon, Tallinn 2008

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
7	Käte- ja jalgade hooldus	10	Ruth Ilves, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Läbitud või läbimisel anatoomia, füsioloogia ja patoloogia ning kosmeetiku alusõppe moodul		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane teeb iseseisvalt erinevaid käte- ja jalgade hooldusi arvestades kliendi soove ja vajadusi, andes kliendile emotsionaalse ja füüsilise heaolutunde, arvestades kultuurierisustega ning järgib kliendikeskse teeninduse põhimõtteid		
Auditoorne õpe		Iseseisev õpe	Praktiline töö
60 tundi		20 tundi	180 tundi

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. teab näidustusi ja vastunäidustusi erinevateks käte- ja jalgade hooldusteks ning mõistab hoolduste toimet nahale ja küüntele kasutades erialalist terminoloogiat ka võõrkeeles	<ul style="list-style-type: none"> • selgitab tööülesande alusel hoolduste toimeid nahale ja küüntele kasutades erialalist terminoloogiat ka võõrkeeles • nimetab tööülesandest lähtuvalt vähemalt kaks näidustust ja vastunäidustust erinevatele hooldustele • võrdleb tööülesande põhjal erinevaid käte- ja jalahoolduse protseduure 	Mitteeristav hindamine
2. valmistab ette töökoha ja kliendi käte- ja jalgadehoolduse läbiviimiseks valides sobivad töövahendid, -võtted ning tooted	<ul style="list-style-type: none"> • demonstreerib tööülesandest lähtuvalt töökoha ja kliendi ettevalmistamist sobivate töövahendite, -võtete ning toodetega • põhjendab toodete ja töövahendite valikut 	Mitteeristav hindamine
3. hindab ja analüüsib vaatluse põhjal kliendi käte- ja jalgade naha ning küünte seisukorda ja jalgade ehituses esinevaid muutusi ning nõustab klienti sobivate hooldustoodete valikul	<ul style="list-style-type: none"> • kirjeldab ja selgitab vaatluse põhjal kliendi käte- ja jalgade nahaseisundit, küünte seisukorda ning jalaehituses esinevaid muutusi • viib läbi juhendi alusel kliendiküsitluse ja -kaardi täitmise • demonstreerib tööülesandest lähtuvalt kliendi nõustamist sobivate hooldustoodete valikul 	Mitteeristav hindamine
4. teeb kliendile erinevaid käte- ja jalgade hoolduseid lähtudes esteetilisest lõpptulemusest rakendades tööde tegemisel ergonomilisi töövõtteid ja järgides tööohutuse- ning hügieeninõudeid	<ul style="list-style-type: none"> • teostab tööülesandest lähtuvalt küünte lühendamist, viilimist, kujundamist ning küünenahkade korrastamist sobivate töövahendite, toodete ja töövõtetega • eemaldab jalgadelt nahapaksendid skalpelli, raspli ja pediküüriaparaadi abil 	Mitteeristav hindamine

	<ul style="list-style-type: none"> • teeb käte- ja jalgade massaaži sobivate võtete ja toodetega • teeb tööülesandest lähtuvalt käte ja jalgade koorimist, kreemitamist, maskide teostamist • demonstreerib parafiinhoolduse teostamist sooja ja külma parafiiniga • viib läbi tööülesandest lähtuvalt küünthe lakkimist, sh. prantsuse maniküür ja pediküür • demonstreerib tööülesandest lähtuvalt ergonomilisi töövõtteid ja tööohutuse- ning hügieeninõuete täitmist 	
5. jälgib hoolduste läbiviimiseks vajalike toodete, töövahendite, aparatuuride kasutusvalmidust ja tooteinfot	<ul style="list-style-type: none"> • kirjeldab tööülesandest lähtuvalt aparatuuride kasutusvalmidust ja ettenähtud nõudeid tulenevalt kasutusjuhendist • teab töövahendite desinfitseerimist, steriliseerimist ja hoiustamistingimusi • jälgib toodete kasutusvalmidust ja tooteinfot 	Mitteeristav hindamine

Mooduli jagunemine

<p>Käte- ja jalgade hooldus</p> <p>Auditoorne õpe 60 Iseseisev õpe 20 Praktiline töö 180</p>	<p>Alateemad</p> <p>1. TOIMED, NÄIDUSTUSED JA VASTUNÄIDUSTUSED</p> <p>Käte- ja jalgade koorimine toimed, näidustused ja vastunäidustused. Käte- ja jalgade massaaž, toimed, näidustused ja vastunäidustused. Kätele ja jalgadele maski teostamine, toimed, näidustused ja vastunäidustused. Parafiinhoolduste (soe, külm) toimed, näidustused ja vastunäidustused. Spaamaniküüri ja -pediküüri toimed, näidustused ja vastunäidustused. Erihooldused kätele- ja jalgadele. Erialane terminoloogia võõrkeeles.</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine</p> <p>Kirjalik töö: koostab tööülesande alusel ettekande hoolduste toimetest nahale ja küünthele kasutades infootsingut veebist ning erialalist terminoloogiat ka võõrkeeles</p> <p>nimetab tööülesandest lähtuvalt vähemalt kaks näidustust ja vastunäidustust erinevatele hooldustele</p> <p>Rühmatööd: nimetab tööülesandest lähtuvalt vähemalt kaks näidustust ja vastunäidustust erinevatele hooldustele</p> <p>Õpimapp: võrdleb tööülesande põhjal klassikalist ja erihooldusi kätele ning jalgadele ning vormistab kirjaliku tööna vastavalt Pärnumaa KHK kirjalike tööde juhendile</p>	<p>Seos õpiväljundiga</p> <p>teab näidustusi ja vastunäidustusi erinevateks käte- ja jalgade hooldusteks ning mõistab hoolduste toimet nahale ja küünthele kasutades erialalist terminoloogiat ka võõrkeeles</p> <p>valmistab ette töökoha ja kliendi käte- ja jalgadehoolduse läbiviimiseks valides sobivad töövahendid, -võtted ning tooted</p> <p>hindab ja analüüsib vaatluse põhjal kliendi käte- ja jalgade naha ning</p>
---	---	--

	<p>2. TÖÖKOHA ETTEVALMISTAMINE Töökoha ja kliendi ettevalmistamine protseduuriks. Tööde järjekord. Töö lõpetamine</p> <p>3. HOOLDUSTOOTED, APARATUUR JA TÖÖVAHENDID Puhastavad tooted. Käte- ja jalakreemid. Õlid. Koorijad. Maskid. Lakid. Emulsioonid, küünenahapehmedajad, küünelakieemaldajad, soolatüüka eemaldajad. Aparatuuri ja töövahendite (küüne-, sissekasvanud küüne ja nahatangid, viilid, sond, skalpell, raspel) kasutamine, hooldamine, puhastamine, desinfitseerimine.</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine Õpimapp: koostab juhendi alusel allikate analüüsi kodusel käte- ja jalgade hoolduses kasutatavate toodete kohta, vormistab kirjaliku tööna vastavalt Pärnumaa KHK kirjalike tööde juhendile Demonstratsioon situatsioonülesande alusel: töökoha ja kliendi ettevalmistamine järgnevas käte- ja jalgade hooldusprotseduuriks sobivate töövahendite, -võtete ning toodetega ja põhjendab valikut</p> <p>4. KÄTE NAHA- NING KÜÜNTEMUUTUSED Käte –ja küünteprobleemide äratundmine, külmad ja higistavad käed, kuiv nahk, küünemuutused, haprad küüned, ebatasased küüned, kihistuvad küüned. Naha vananemine, pigmendilaigud kätel. Küüneseen, küünepsoriaas, küünevallipõletik, küünte närimine. Psoriaas. Ekseem, toksiline ekseem. Atoopiline dermatiit, kontaktdermatiit. Nõgestõbi.</p> <p>5. JALGADE NAHA- NING KÜÜNTEMUUTUSED Paksud küüned, sissekasvanud küüned, küüneseen. Külmetavad jalad, jalgade liighigistamine, liigsarvestumine, haavandid, rakk, paksend, konnasilm, tüügas, jalaseen, haudumus. Diabeetiline jalg.</p> <p>6. JALAEHITUSES ESINEVAD MUUTUSED Lampjalg, võlv- ehk kaarjalg, põikivõlvi lamendumine, vaevaluu (valgvarvas), vasarvarbad</p> <p>7. KLIENDIKAART Kliendikaart ja selle täitmine</p> <p>8. KLIENDINÕUSTAMINE Kliendi nõustamine ja lisamüük. Koduhoolduseks hooldustoodete soovitamise</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine Kirjalik töö: viib läbi juhendi alusel kliendiküsitluse ja -kaardi täitmise ja esitleb suulise ettekandena Rühmatöö: kirjeldab ja selgitab vaatluse põhjal kliendi käte- ja jalgade nahaseisundit, küünte seisukorda ning jalaehituses esinevaid muutusi Demonstratsioon situatsioonülesande alusel: demonstreerib tööülesandest lähtuvalt kliendi</p>	<p>küünte seisukorda ja jalgade ehituses esinevaid muutusi ning nõustab klienti sobivate hooldustoodete valikul teeb kliendile erinevaid käte- ja jalgade hoolduseid lähtudes esteetilisest lõpptulemusest rakendades tööde tegemisel ergonoomilisi töövõtteid ja järgides tööohutuse- ning hügieeninõudeid jälgib hoolduste läbiviimiseks vajalike toodete, töövahendite, aparaatide kasutusvalmidust ja tooteinfot</p>
--	---	--

	<p>nõustamist sobivate hooldustoodete valikul</p> <p>9. KÄTE- JA JALGADE HOOLDUS Klassikalise maniküüri ja pediküüri teostamine, tööjärjekord. Käte- ja jalgade massaaž. Maniküüri ja pediküüri teostamine: koorimine, maski pealekandmine, massaaž, kreemimine. Parafiinhoolduste teostamine kätele ja jalgadele sooja ja külma parafiiniga. Käuante lakkimine, sh. prantsuse maniküür ja pediküür. Paksendite eemaldamine skalpelliga, raspeldamine, aparaadiga. Ergonoomika. Tööohutuse- ja hügieeninõuded. Desinfektsioon ja sterilisatsioon.</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine Õpimapp: koostab juhendi alusel kasutades infootsingut veebist ja vormistab kirjaliku tööna vastavalt Pärnumaa KHK kirjalike tööde juhendile teemal: käenaha- ja sõrmeküünte haigused, jala- ja varbaküünte haigused, nende tunnused, nakkusohtlikkus, vältimise võimalused, hoolduspõhimõtted Rühmatöö: küünte lühendamine, viilimine, kujundamine, küünenahkade töötlus, paksendite eemaldamine, käte- ja jalgade massaaž, koorimine, kreemimine, maskide teostamine. Parafiinhoolduse teostamine sooja ja külma parafiiniga. Küünte lakkimine, sh. prantsuse maniküür ja pediküür. Töökoha ettevalmistus ja koristus Demonstratsioon situatsioonülesande alusel: klassikalise maniküüri ja pediküüri teostamine koos lakkimisega kasutades ergonoomilisi töövõtteid ja järgides tööohutuse- ja hügieeninõudeid. Parafiinhoolduse teostamine</p> <p>10. APARAATIDE KASUTUSVALMIDUS JA TOODETE SÄILIVUS Aparaatide kasutusvalmiduse hindamine. Võimalikud tõrked aparaatidel ja nende lahendamine. Toodete säiluvus. Hügieeninõuded</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine Rühmatöö: situatsioonülesande alusel teema: tõrked aparaatidel ja nende kõrvaldamine</p>	
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendite kohaselt	
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. selgitab tööülesande alusel hoolduste toimeid nahale ja küünte kasutades erialalist terminoloogiat ka võõrkeeles 2. nimetab tööülesandest lähtuvalt vähemalt kaks näidustust ja vastunäidustust erinevatele hooldustele 3. võrdleb tööülesande põhjal erinevaid käte- ja jala hoolduse protseduure 	

	<p>4. demonstreerib tööülesandest lähtuvalt töökoha ja kliendi ettevalmistamist sobivate töövahendite, -võtete ning toodetega, põhjendab toodete ja töövahendite valikut</p> <p>5. kirjeldab ja selgitab vaatluse põhjal kliendi käte- ja jalgade nahaseisundit, küünte seisukorda ning jala ehituses esinevaid muutusi</p> <p>6. viib läbi juhendi alusel kliendiküsitluse ja -kaardi täitmise</p> <p>7. demonstreerib tööülesandest lähtuvalt kliendi nõustamist sobivate hooldustoodete valikul</p> <p>8. teostab tööülesandest lähtuvalt küünte lühendamist, viilimist, kujundamist ning küünenahkade korrastamist sobivate töövahendite, toodete ja töövõtetega</p> <p>9. eemaldab jalgadelt nahapaksendid skalpelli, raspli ja pediküüriaparaadi abil</p> <p>10. teeb käte- ja jalgade massaaži sobivate võtete ja toodetega</p> <p>11. teeb tööülesandest lähtuvalt käte ja jalgade koorimist, kreemitamist, maskide teostamist</p> <p>12. demonstreerib parafiinhoolduse teostamist sooja ja külma parafiiniga</p> <p>13. viib läbi tööülesandest lähtuvalt küünte lakkimist, sh. prantsuse maniküür ja pediküür</p> <p>14. demonstreerib tööülesandest lähtuvalt ergonoomilisi töövõtteid ja tööohutuse- ning hügieeni nõudeid</p> <p>15. kirjeldab tööülesandest lähtuvalt aparaatide kasutusvalmidust ja ettenähtud nõudeid tulenevalt kasutusjuhendist</p> <p>16. teab töövahendite desinfitseerimist, steriliseerimist ja hoiustamistingimusi</p> <p>17. jälgib toodete kasutusvalmidust ja tooteinfot ning hügieeninõuete täitmist</p>
--	--

Õppemeetodid	Iseseisev töö, praktiline töö, probleemsituatsiooni lahendamine, arutelu, loeng, demonstratsioon, rühmatöö, Infootsing, analüüs, õpimapp
Hindamismeetodid	<p>Hindamismeetodid: õpimapp/portfoolio, analüüs, ettekanne/esitlus, praktiline töö, ülesanne/harjutus, suuline esitus</p> <p>Hindamisülesanded:</p> <p>1. Koostada tööülesande alusel ettekanne hoolduste toimetest nahale ja küüntele sh kasutades infootsingut veebist ning erialalist terminoloogiat ka võõrkeeles</p> <p>2. Demonstreerida situatsioonülesande alusel klassikalise maniküüri ja pediküüri teostamine koos lakkimisega kasutades ergonoomilisi töövõtteid ja järgides tööohutuse- ja hügieeninõudeid</p> <p>3. Teostada parafiinhooldus</p> <p>4. Koostada juhendi alusel kirjalik töö teemal: käenaha- ja sõrmeküünte haigused, jalanaha- ja varbaküünte haigused, nende tunnused, nakkusohtlikkus, vältimise võimalused, hoolduse põhimõtted. Otsida infot veebist ja vormistada kirjalik tööna vastavalt Pärnumaa KHK kirjalike tööde juhendile</p> <p>5. Demonstreerida situatsioonülesande alusel töökoha ja kliendi ettevalmistamist järgnevas käte- ja jalgade hooldusprotseduuriks sobivate töövahendite, -võtete ning toodetega ja põhjendada valikut</p> <p>6. Koostada juhendi alusel allikate analüüs kodus kasutatavate toodete kohta, vormistada kirjalik töö vastavalt Pärnumaa KHK kirjalike tööde juhendile</p> <p>7. Tuvastada võimalikud tõrked aparatuuril ja osata neid kõrvaldada</p> <p>8. Viia läbi juhendi alusel kliendiküsitlus ja -kaardi täitmine ning esitleda seda</p> <p>9. Kirjeldada ja selgitada vaatluse põhjal kliendi käte- ja jalgade nahaseisundit, küünte seisukorda ning jala ehituses esinevaid</p>

	muutusi ning nõustada klienti sobivate hooldustoodete valikul
Lõimitud teemad	
Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine
Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendite kohaselt
sh lävend	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. selgitab tööülesande alusel hoolduste toimeid nahale ja küüntele kasutades erialalist terminoloogiat ka võõrkeeles 2. nimetab tööülesandest lähtuvalt vähemalt kaks näidustust ja vastunäidustust erinevatele hooldustele 3. võrdleb tööülesande põhjal erinevaid käte- ja jalahoolduse protseduure 4. demonstreerib tööülesandest lähtuvalt töökoha ja kliendi ettevalmistamist sobivate töövahendite, -võtete ning toodetega, põhjendab toodete ja töövahendite valikut 5. kirjeldab ja selgitab vaatluse põhjal kliendi käte- ja jalgade nahaseisundit, küünte seisukorda ning jala ehituses esinevaid muutusi 6. viib läbi juhendi alusel kliendiküsitluse ja -kaardi täitmise 7. demonstreerib tööülesandest lähtuvalt kliendi nõustamist sobivate hooldustoodete valikul 8. teostab tööülesandest lähtuvalt küünte lühendamist, viilimist, kujundamist ning küünenahkade korrastamist sobivate töövahendite, toodete ja töövõtetega 9. eemaldab jalgadelt nahapaksendid skalpelli, raspli ja pediküüriaparaadi abil 10. teeb käte- ja jalgade massaaži sobivate võtete ja toodetega 11. teeb tööülesandest lähtuvalt käte ja jalgade koorimist, kreemitamist, maskide teostamist 12. demonstreerib parafinhoolduse teostamist sooja ja külma parafiiniga 13. viib läbi tööülesandest lähtuvalt küünte lakkimist, sh. prantsuse maniküür ja pediküür 14. demonstreerib tööülesandest lähtuvalt ergonoomilisi töövõtteid ja tööohutuse- ning hügieeni nõudeid 15. kirjeldab tööülesandest lähtuvalt aparaatide kasutusvalmidust ja ettenähtud nõudeid tulenevalt kasutusjuhendist 16. teab töövahendite desinfitseerimist, steriliseerimist ja hoiustamistingimusi 17. jälgib toodete kasutusvalmidust ja tooteinfot ning hügieeninõuete täitmist
Õppematerjalid	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jürisson, M. Küüneseen ehk onühhomükoos. Beauty Salon, Tallinn 2007, nr.1 2. Kuum, E. Haprad küüned. Avenüü Professional, Tallinn 2006, nr.2 3. Liukkonen, I. Terved jalad. Tallinn, Medicina, 2008 4. Ööpik, P. Küünevallipõletik. Avenüü Professional, Tallinn 2008, nr.12 5. Pille, V. Veenilaiendid jalgadel. Avenüü Professional, Tallinn 2006, nr.4 6. Simisker, L. Käed reedavad vanuse. Avenüü Professional, Tallinn 2006, nr.5 7. Simisker, L. Jalavaevused. Avenüü Professional, Tallinn 2006, nr.4 Vaita, A. Meeste maniküür. Avenüü Professional, Tallinn 2008, nr.13 Watson, R. Maniküür ja pediküür. Küünehoolduse teejuht. 2008

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
8	Kehahooldus	10	Anneli Haponen, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Läbitud või läbimisel anatoomia, füsioloogia ja patoloogia ning kosmeetiku alusõppe moodul		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane teeb kliendile kehahooldusi, massaaži ja karvade eemaldamist erinevatest kehapiirkondadest, arvestab hoolduste spetsiifikat, tagab kliendi heaolu ja järgib hea teeninduse põhimõtteid		
Auditoorne õpe		Iseseisev õpe	Praktiline töö
60 tundi		20 tundi	180 tundi

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. valmistab ette töökoha kehahoolduseks, valib sobivad tooted, töö- ja abivahendid vastavalt hoolduse spetsiifikale	<ul style="list-style-type: none"> • valmistab tööülesandest lähtuvalt ette töökoha • põhjendab töö- ja abivahendite valikut • valmistab ette kliendi, selgitab talle hooldusprotseduuri käiku 	Mitteeristav hindamine
2. jälgib tööks vajalike toodete ja vahendite olemasolu, tooteinfot ja kasutusjuhendeid, tellib neid juurde vastavalt volitustele	<ul style="list-style-type: none"> • järgib tööks vajalike toodete ja vahendite olemasolu ja varusid • kasutab sihipäraselt tootel olevat infot ja kasutusjuhendit • koostab toodete tellimuse vastavalt volitustele 	Mitteeristav hindamine
3. analüüsib kliendi naha seisukorda, selgitab välja näidustused ja vastunäidustused kehahooldusele, kliendi soovid ja vajadused ning planeerib edasise hoolduse või suunab vajadusel kliendi arsti konsultatsioonile	<ul style="list-style-type: none"> • nimetab vähemalt kaks näidustust ja kaks vastunäidustust kehahooldustele • hindab juhendi alusel kliendi naha seisukorda, selgitab välja kliendi soovid ning vajadused, suunab vajadusel kliendi nahaarsti konsultatsioonile • põhjendab planeeritud hoolduse valikut, toob välja näidustused ja vastunäidustused; • kirjeldab vähemalt kolme kehapiirkonnas esineva probleemi tunnuseid ja põhjusi 	Mitteeristav hindamine
4. teostab kliendile sobiva kehahoolduse, kasutab õigeid töövõtteid, sobivaid tooteid, töö- ja abivahendeid ning aparatuuri, arvestades hoolduse spetsiifikat ja ohutusnõudeid	<ul style="list-style-type: none"> • teostab naha puhastamise, koorimise, pinguldamise, niisutamise ja lihaste lõõgastamise vastavalt hooldusele • põhjendab töövahendite, -võtete, toodete ja kasutatava aparatuuri valikut • järgib aparatuuri kasutamisel ohutusnõudeid 	Mitteeristav hindamine

<p>5. teeb kliendile selja- ja üldmassaaži, kasutab erinevaid massaažitehnikaid ja –võtteid, arvestab näidustusi ja vastunäidustusi</p>	<ul style="list-style-type: none"> • teostab selja- ja üldmassaaži • nimetab vähemalt kaks näidustust ja kaks vastunäidustust massaažile • kirjeldab kliendilt individuaalsete näidustuste ja vastunäidustuste kohta info saamise viise • põhjendab kasutatavate tehnikate, võtete ja toodete valikut 	<p>Mitteeristav hindamine</p>
<p>6. eemaldab soovimatud karvad erinevatest kehapiirkondadest, arvestab karvaeemalduse näidustusi ja vastunäidustusi, kasutab sobivaid töövõtteid, -vahendeid ja aparatuuri</p>	<ul style="list-style-type: none"> • kirjeldab inimese kehal esinevate karvade tüüpe, ehitust ja kasvufaase • nimetab vähemalt kaks karvaeemalduse näidustust ja kaks vastunäidustust • demonstreerib tööülesandest lähtuvalt karvaeemaldust erinevates kehapiirkondades • põhjendab kasutatavate toodete, vahendite ja töövõtete valikut 	<p>Mitteeristav hindamine</p>
<p>7. jälgib klienti hoolduste käigus, nõustab hoolduste eel ja järgselt, soovib koduhooldustooteid ja teostab tulemuslikku lisamüüki</p>	<ul style="list-style-type: none"> • kirjeldab kliendilt tagasiside saamise võimalusi • nõustab klienti keha hoolduse eel, ajal ja järgselt, soovib koduhooldustooteid ja teostab lisamüüki • kasutab võõrkeeles erialaseid termineid ja väljendab end suhtlustasandil 	<p>Mitteeristav hindamine</p>

Mooduli jagunemine

<p>Depilatsioon Auditoorne õpe 10 Praktiline töö 20</p>	<p>Alateemad 11. KEHAKARAVAD Karvatüübid, karva ehitus, karva kasvufaasid. Karvaeemaldusmeetodid. Karvaeemalduse näidustused ja vastunäidustused. Karvaeemalduses kasutatavad tooted, vahendid ja aparatuur. Erinevat tüüpi vahad, suhkropasta ja nende omadused ning kasutamise eripärad. Ohutusnõuded karvaeemaldusel. Karvaeemalduse võtted ja suunad. Karvaeemalduse eripärad erinevates kehapiirkondades</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist. Praktilised situatsiooni ülesanded õppelaboris: eemaldab juhendi alusel kliendilt soovimatud kehakarvad kasutades sobivaid vahendeid, töövõtteid ja aparatuuri</p>	<p>Seos õpiväljundiga eemaldab soovimatud karvad erinevatest kehapiirkondadest, arvestab karvaeemalduse näidustusi ja vastunäidustusi, kasutab sobivaid töövõtteid, -vahendeid ja aparatuuri</p>
<p>Hindamine</p>	<p>Mitteeristav hindamine</p>	
<p>sh kokkuvõtva hinde kujunemine</p>	<p>DEMONSTRATSIOON: eemaldab juhendi alusel kliendilt soovimatud kehakarvad kasutades sobivaid vahendeid, töövõtteid ja aparatuuri</p>	

sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: 1. kirjeldab inimese kehal esinevate karvade tüüpe, ehitust ja kasvufaase 2. nimetab vähemalt kaks karvaeemalduse näidustust ja kaks vastunäidustust 3. demonstreerib tööülesandest lähtuvalt karvaeemaldust erinevates kehapiirkondades 4. põhjendab kasutatavate toodete, vahendite ja töövõtete valikut</p>	
<p>Kehahooldus Auditoorne õpe 50 Iseseisev õpe 20 Praktiline töö 160</p>	<p>Alateemad 1. KEHAHOOLDUSEKS KASUTATAVAD TÖÖ- JA ABIVAHENDID Kehahoolduses kasutatavad töö- ja abivahendid 2. TÖÖOHUTUSE JA HÜGIEENINÕUDED Tööohutus. Desinfektsioon 3. KLIENDI ETTEVALMISTAMINE KEHAHOOLDUSEKS</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine. INFOOTSING: koostab juhendi alusel, kasutades IT vahendeid, esitluse ühest kehahooldusest ja massaažist, selle eesmärkidest ja mõjust inimesele Praktilised situatsiooni ülesanded õppelaboris: Töökoha ja kliendi ettevalmistamine kehahoolduseks. Töö- ja abivahendite valik vastavalt kehahoolduse spetsiifikale</p> <p>4. KEHAHOOLDUSEKS KASUTATAVAD TOOTED Kreemid. Maskid. Õlid. Koorijad, emulsioonid, vahad, isepruunistuvad tooted, päikesekaitsevahendid. Toodete säilitamine 5. TOOTE KULUARVESTUS Kuluarvestus ja hinnakalkulatsioon. Tootevaru tagamine ja tellimine</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist. RÜHMATÖÖ: Arvestab välja juhendi alusel ühe kehahooldusprotseduuri materjalikulu ja maksumuse</p> <p>6. KEHA ANALÜÜS Kehatüübid. Kehaehituse omapära ja defektid. Rasvumine. Tselluliit. Veenilaiendid. Venitusjäljed. Armid. Liighigistamine ja põhjused. Higistamisvastased vahendid. Nahamuutused kehal (sünnimärgid, põletikud). Rinnaehitus, rinnavähk. Näidustused ja vastunäidustused kehahooldustele. Kliendi soovide ja vajaduste väljaselgitamine</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist. KIRJALIK TÖÖ: koostab juhendi alusel tabeli erinevatest kehatüüpidest, neil esinevatest probleemidest ja sobivatest hooldustest, kasutades IT- vahendeid ja infootsingut. Praktilised situatsiooniülesanded tunnis ja õppelaboris:</p>	<p>Seos õpiväljundiga valmistab ette töökoha kehahoolduseks, valib sobivad tooted, töö- ja abivahendid vastavalt hoolduse spetsiifikale jälgib tööks vajalike toodete ja vahendite olemasolu, tooteinfot ja kasutusjuhendeid, tellib neid juurde vastavalt volitustele analüüsib kliendi naha seisukorda, selgitab välja näidustused ja vastunäidustused kehahooldusele, kliendi soovid ja vajadused ning planeerib edasise hoolduse või suunab vajadusel kliendi arsti konsultatsioonile teostab kliendile sobiva kehahoolduse, kasutab õigeid töövõtteid, sobivaid tooteid, töö- ja abivahendeid ning aparatuuri, arvestades hoolduse spetsiifikat ja ohutusnõudeid teeb kliendile selja- ja üldmassaaži, kasutab erinevaid</p>

	<p>1. nimetab vähemalt kaks näidustust ja kaks vastunäidustust kehahooldustele</p> <p>2. hindab juhendi alusel kliendi naha seisukorda, selgitab välja kliendi soovid ning vajadused, suunab vajadusel kliendi nahaarsti konsultatsioonile</p> <p>3. põhjendab planeeritud hoolduse valikut, toob välja näidustused ja vastunäidustused;</p> <p>4. kirjeldab vähemalt kolme kehapiirkonnas esineva probleemi tunnuseid ja põhjusi</p> <p>7. KEHAHOOLDUSEKS KASUTATAV APARATUUR Elektrivoolu iseloomustavad suurused. Elektriseadmed. Elektrivoolu toime organismile. Vooluliigid ja erinevatel voolutiüpidel põhinevad aparaadid. Aparaaadi eesmärk, toime. Näidustused ja vastunäidustused. Ohutusnõuded elektrilist seadmete kasutamisel</p> <p>8. ERGONOOMIKA Töoasendid. Tööliigutused</p> <p>9. ERINEVAD PROTSEDUURID UV- kiirgus ja selle toime nahale. Solaarium, mõju nahale, näidustused ja vastunäidustused. Solaariumi- ja päiksekaitsevahendid, nende erinevus ja toime. Infrapunakiirgus ja selle toime organismile. Veeprotseduurid ja nende mõju organismile (saunad, dušid, vannid)</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist. INFOOTSING: teemal Erinevad kehahooldusaparaadid ja nende iseloomustus, tootjafirmad. Vormistab REFERAADINA vastavalt Pärnumaa KHK kirjalike tööde juhendile Praktilised situatsiooni ülesanded õppelaboris: teostab kehahooldusi vastavalt kliendi soovile, järgides ergonoomilisi töövõtteid, kasutab kehahooldusaparatuuri sihipäraselt ja ohutusnõuetele vastavalt</p> <p>10. MASSAAŽ Massaaži toimed (mehaaniline, neuroreflektoorne, humoraalne, psühholoogiline). Massaaži näidustused ja vastunäidustused. Kliendilt individuaalsete näidustuste ja vastunäidustuste kohta info saamine. Suuline küsitlus. Kirjalik küsitlus. Massaaži teostamisel kasutatavad tooted ja abivahendid. Massaaži teostamine. Massaažitehnikad. Võtted ja suunad. Teostamise järjekord</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist. Praktiliste oskuste harjutamine iseseisva tööna ja aruandlus: teostab juhendi alusel selja- ja üldmassaaži, kasutades sobivaid tooteid ja töövõtteid INTERVJUU: koostab juhendi alusel suulise kliendiküsitluse massaaži näidustuste ja vastunäidustuste kohta info saamiseks eesti ja võõrkeeles, vormistab kirjaliku tööna vastavalt</p>	<p>massaažitehnikaid ja –võtteid, arvestab näidustusi ja vastunäidustusi ja jälgib klienti hoolduste käigus, nõustab hoolduste eel ja järgselt, soovib koduhooldustooteid ja teostab tulemuslikku lisamüüki</p>
--	---	---

	<p>Pärnumaa KHK kirjalike tööde juhendile Praktilised situatsiooni ülesanded õppelaboris: teostab juhendi alusel selja- ja üldmassaaži, kasutades sobivaid tooteid ja töövõtteid</p> <p>12. KLIENDI NÕUSTAMINE Kliendi nõustamine kehahoolduse eel, ajal ja järgselt. Kliendilt tagasiside saamine. Koduhooldustoodete soovitamise ja lisamüük</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, kirjeldab kliendilt tagasiside saamise võimalusi Praktilised situatsiooni ülesanded õppelaboris: jälgib klienti kehahoolduse ajal, nõustab selle eel, ajal ja järgselt, soovib koduhooldustooteid ja teostab lisamüüki, kasutab võõrkeeles erialaseid termineid ja väljendab end suhtlustasandil</p>	
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hinnatavad ülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendite kohaselt	
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. valmistab tööülesandest lähtuvalt ette töökoha 2. põhjendab töö- ja abivahendite valikut 3. valmistab ette kliendi, selgitab talle hooldusprotseduuri käiku 4. järgib tööks vajalike toodete ja vahendite olemasolu ja varusid 5. kasutab sihipäraselt tootel olevat infot ja kasutusjuhendit 6. koostab toodete tellimuse vastavalt volitustele 7. nimetab vähemalt kaks näidustust ja kaks vastunäidustust kehahooldustele 8. hindab juhendi alusel kliendi naha seisukorda, selgitab välja kliendi soovid ning vajadused, suunab vajadusel kliendi nahaarsti konsultatsioonile 9. põhjendab planeeritud hoolduse valikut, toob välja näidustused ja vastunäidustused 10. kirjeldab vähemalt kolme kehapiirkonnas esinevat probleemi, nende tunnuseid ja põhjusi 11. teostab naha puhastamise, koorimise, pinguldamise, niisutamise ja lihaste lõõgastamise vastavalt hooldusele 12. põhjendab töövahendite, -võtete, toodete ja kasutatava aparatuuri valikut 13. järgib aparatuuri kasutamisel ohutusnõudeid 14. teostab selja- ja üldmassaaži 15. nimetab vähemalt kaks näidustust ja kaks vastunäidustust massaažile 16. kirjeldab kliendilt individuaalsete näidustuste ja vastunäidustuste kohta info saamise viise 17. põhjendab kasutatavate tehnikate, võtete ja toodete valikut 18. kirjeldab kliendilt tagasiside saamise võimalusi 19. nõustab klienti kehahoolduse eel, ajal ja järgselt, soovib koduhooldustooteid ja teostab lisamüüki 	

	20. kasutab võõrkeeles erialaseid termineid ja väljendab end suhtlustasandil
Õppemeetodid	Iseseisev töö, praktiline töö, infootsing, arutelu, loeng, rühmatöö, intervjuu ehk vestlus
Hindamismeetodid	<p>Hindamismeetodid: ülesanne/harjutus, ettekanne/esitlus, suuline esitus, iseseisev töö, arvestustöö, referaat, praktiline töö, intervjuu,</p> <p>Hindamisülesanded:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Demonstreerida töökoha ja kliendi ettevalmistamine kehahoolduseks. Valida töö- ja abivahendid vastavalt kehahoolduse spetsiifikale 2. Teostada kehahooldusi vastavalt kliendi soovile, järgides ergonoomilisi töövõtteid, kasutada kehahooldusaparatuuri sihipäraselt ja ohutusnõuetele vastavalt 3. Teostada ja jälgida klienti kehahoolduse ajal, nõustada selle eel, ajal ja järgselt, soovitada koduhooldustooteid ja teostada lisamüüki, kasutada võõrkeeles erialaseid termineid ja väljendada end suhtlustasandil 4. Arvestada välja juhendi alusel ühe kehahooldusprotseduuri materjalikulu ja maksumus 5. Teostada juhendi alusel selja- ja üldmassaaži, kasutades sobivaid tooteid ja töövõtteid 6. Eemaldada juhendi alusel kliendilt soovimatud kehakarvad kasutades sobivaid vahendeid, töövõtteid ja aparatuuri
Lõimitud teemad	
Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine
Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hinnatavad ülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendite kohaselt
sh lävend	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. valmistab tööülesandest lähtuvalt ette töökoha 2. põhjendab töö- ja abivahendite valikut 3. valmistab ette kliendi, selgitab talle hooldusprotseduuri käiku 4. järgib tööks vajalike toodete ja vahendite olemasolu ja varusid 5. kasutab sihipäraselt tootel olevat infot ja kasutusjuhendit 6. koostab toodete tellimuse vastavalt volitustele 7. nimetab vähemalt kaks näidustust ja kaks vastunäidustust kehahooldustele 8. hindab juhendi alusel kliendi naha seisukorda, selgitab välja kliendi soovid ning vajadused, suunab vajadusel kliendi nahaarsti konsultatsioonile 9. põhjendab planeeritud hoolduse valikut, toob välja näidustused ja vastunäidustused 10. kirjeldab vähemalt kolme kehapiirkonnas esinevat probleemi, nende tunnuseid ja põhjusi 11. teostab naha puhastamise, koorimise, pinguldamise, niisutamise ja lihaste lõõgastamise vastavalt hooldusele 12. põhjendab töövahendite, -võtete, toodete ja kasutatava aparatuuri valikut 13. järgib aparatuuri kasutamisel ohutusnõudeid 14. teostab selja- ja üldmassaaži 15. nimetab vähemalt kaks näidustust ja kaks vastunäidustust massaažile 16. kirjeldab kliendilt individuaalsete näidustuste ja vastunäidustuste kohta info saamise viise

	<p>17. põhjendab kasutatavate tehnikate, võtete ja toodete valikut</p> <p>18. kirjeldab inimese kehal esinevate karvade tüüpe, ehitust ja kasvufaase</p> <p>19. nimetab vähemalt kaks karvaeemalduse näidustust ja kaks vastunäidustust</p> <p>20. demonstreerib tööülesandest lähtuvalt karvaeemaldust erinevates kehapiirkondades</p> <p>21. põhjendab kasutatavate toodete, vahendite ja töövõtete valikut</p> <p>22. kirjeldab kliendilt tagasiside saamise võimalusi</p> <p>23. nõustab klienti kehahoolduse eel, ajal ja järgselt, soovitab koduhooldustooteid ja teostab lisamüüki</p> <p>24. kasutab võõrkeeles erialaseid termineid ja väljendab end suhtlustasandil</p>
Õppematerjalid	<p>1. Brown, D. (2010). Massaaži algtõed</p> <p>2. Delavier, F.. (2001) Jõu, ilu ja tervise anatoomia, Kirilille Kirjastus</p> <p>3. Kartau, A. K. (2012). Klassikalise massaaži õpik. Tallinn: R.M.S.R. Trükikunst. Salvo, S. G</p> <p>4. Salvo, S. (2003). Massage Therapy: Principles and Practise. Saunders</p>

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
9	Jumestamine	2	Karina Pajunurm, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane teab erinevaid näokujusid, värviteooria aluseid, erinevaid jumestustooteid, -vahendeid ning teeb päevast ja õhtust jumestust, arvestab kliendi eripäradega ning järgib kliendikeskse teeninduse põhimõtteid		
Auditoorne õpe	Iseseisev õpe	Praktiline töö	
18 tundi	10 tundi	24 tundi	

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. valmistab ette töökoha kliendi jumestamiseks lähtudes nahatüübist, näokujust, värviõpetuse alustest valides sobivad tooted ja töövahendid	<ul style="list-style-type: none"> demonstreerib tööülesandest lähtuvalt töökoha ja kliendi ettevalmistamist sobivate töövahendite ning toodetega põhjendab toodete ja töövahendite valikut nimetab vähemalt kolm erinevat näokuju ja selle korrigeerimise võimalust nimetab vähemalt kaks näidustust ja vastunäidustust jumestamiseks nimetab põhi-, täiendus- ja sugulasvärvid, külmad ja soojad värvid kirjeldab kevade-, suve-, sügise- ja talvenaisetüüpe analüüsib kliendi nahka visuaalselt selgitades välja näidustused ja vastunäidustused jumestuseks 	Mitteeristav hindamine
2. teeb päeva- ja õhtujumestust arvestades kliendi soovide ja näokujuga kasutades sobivaid tooteid, töövahendeid, -võtteid ja stiile rakendades ergonoomilisi töövõtteid ning järgides tööohutuse ja hügieeninõudeid	<ul style="list-style-type: none"> demonstreerib tööülesandest lähtudes päeva – ja õhtumeigi teostamist arvestades kliendi soovide ja näokujuga valides sobivad tooted ja töövahendid ning kasutades ergonoomilisi töövõtteid ja tööohutuse ning hügieeninõuete täitmist selgitab tööülesandest lähtuvalt jumestustoodete sobivust kliendile 	Mitteeristav hindamine
3. nõustab klienti sobivate jumestustoodete ja vahendite valikul kasutades erialalist terminoloogiat ka võõrkeeles	<ul style="list-style-type: none"> demonstreerib tööülesandest lähtuvalt kliendi nõustamist ja sobivate jumestustoodete ning vahendite valikut, põhjendab oma valikut, kasutades erialalist terminoloogiat ka võõrkeeles 	Mitteeristav hindamine

Mooduli jagunemine

<p>Jumestamine</p> <p>Auditoorne õpe 18 Iseseisev õpe 10 Praktiline töö 24</p>	<p>Alateemad</p> <p>1. JUMESTAMISE AJALUGU Ülevaade jumestamise ajaloost. Erinevad jumestusstiilid läbi aegade. Näited maailmast.</p> <p>2. VÄRVITEOORIA Põhi-, täiendus ja sugulasvärvid. Soojad/külmad toonid. Jumestusvärvide ja jumestusviisi valik värviõpetuse järgi. Kevade-, suve-, sügise-, talvenaisetüüp.</p> <p>3. NÄO PROPORTSIOONIÕPETUS Näo kuju. Pea ja näo suhted.</p> <p>4. JUMESTUSTOOTED JA VAHENDID Lauvärvid. Kontuurvärvid. Kulmu- ja ripsmevärvid. Põsepunad. Huulepulgad ja läiked. Värvikreemid, meigipõhjad ja puudrid. Peite- ja varjutusvärvid. Pintsliid ja teised töövahendid. Jumestustoodete säilivusaeg. Jumestamise näidustused ja vastunäidustused</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist. KIRJALIK TÖÖ Power Point slaidiesitlusena: õpilane võrdleb juhendi alusel erinevaid jumestustoodete sarju ja toob välja nende positiivsed ning negatiivsed omadused RÜHMATÖÖ: Enda ja kaasõpilaste näokuju ning värvitüübi hindamine ja analüüs</p> <p>5. JUMESTAMISE TEOORIA Töökoha valmisolek. Tööde järjekord. Näo puhastus ja ettevalmistamine jumestuseks. Sobivate toodete ja värvide valik vastavalt kliendi tüübi ja isikupärale. Värvide hajutamine. Varjutamine. Kunstripsmete paigaldamine. Laineri kasutamine. Jumestus vastavalt nahatüübile. Erinevad jumestusstiilid: Loomulik jumestus. Päevane jumestus. Pidulik õhtumeik. Pruudimeik. Fotomeik. Prillijumestus.</p> <p>6. ERGONOOMIKA</p> <p>7. TÖÖOHUTUS- JA HÜGIEENINÕUDED</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist. ÕPIMAPP: Õpilane koostab oma praktilistest töödest õpimapi DEMONSTREERIB: tööülesandest lähtudes päeva – ja õhtumeigi teostamist arvestades kliendi soovide ja näokujuga valides sobivad tooted ja töövahendid ning kasutades ergonoomilisi töövõtteid ja tööohutuse ning hügieeninõuete täitmist</p> <p>8. KLIENDI NÕUSTAMINE Kliendi soovide väljaselgitamine. Hoolduste ja toodete valik. Tulemuslik lisamüük, kliendi</p>	<p>Seos õpiväljundiga</p> <p>valmistab ette töökoha kliendi jumestamiseks lähtudes nahatüübist, näokujust, värviõpetuse alustest valides sobivad tooted ja töövahendid teeb päeva- ja õhtujumestust arvestades kliendi soovide ja näokujuga kasutades sobivaid tooteid, töövahendeid, -võtteid ja stiile rakendades ergonoomilisi töövõtteid ning järgides tööohutuse ja hügieeninõudeid nõustab klienti sobivate jumestustoodete ja vahendite valikul kasutades erialalist terminoloogiat ka võõrkeeles</p>
---	---	---

	<p>soovide väljaselgitamine. Müügitöö põhimõtted.</p> <p>9. ERIALANE TERMINOLOOGIA VÕÕRKEELES</p> <p>Trendimeik, fotomeik, prillimeik, kontaktläätсед, pulmameik</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist.</p> <p>DEMONSTREERIB: õppija teostab ülesande alusel kliendi nõustamist sobivate jumestustoodete ja -vahendite valikul lähtudes kliendi soovidest ja vajadustest</p>	
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hinnatavad ülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi tasemel	
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. demonstreerib tööülesandest lähtuvalt töökoha ja kliendi ettevalmistamist sobivate töövahendite ning toodetega 2. põhjendab toodete ja töövahendite valikut 3. nimetab vähemalt kolm erinevat näokuju ja selle korrigeerimise võimalust 4. nimetab vähemalt kaks näidustust ja vastunäidustust jumestamiseks 5. nimetab põhi-, täiendus- ja sugulasvärvid, külmad ja soojad värvid 6. kirjeldab kevade-, suve-, sügise- ja talvenaisetüüpe 7. analüüsib kliendi nahka visuaalselt selgitades välja näidustused ja vastunäidustused jumestuseks 8. demonstreerib tööülesandest lähtudes päeva- ja õhtumeigi teostamist arvestades kliendi soovide ja näokujuga valides sobivad tooted ja töövahendid ning kasutades ergonoomilisi töövõtteid ja tööohutuse ning hügieeninõuete täitmist 9. selgitab tööülesandest lähtuvalt jumestustoodete sobivust kliendile 10. demonstreerib tööülesandest lähtuvalt kliendi nõustamist ja sobivate jumestustoodete ning vahendite valikut, põhjendab oma valikut, kasutades erialalist terminoloogiat ka võõrkeeles 	
Õppemeetodid	Loeng, arutelu, analüüs, rühmatöö, paaritöö, praktiline töö, iseseisev töö, õpimapp	
Hindamismeetodid	<p>Hindamismeetodid: analüüs, ettekanne/esitlus, praktiline töö</p> <p>Hindamisülesanded:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Teostada tööülesandest lähtuvalt päeva- ja õhtumeik arvestades kliendi soovide ja näokujuga, valides sobivad tooted ja töövahendid ning kasutades ergonoomilisi töövõtteid ja tööohutuse ning hügieeninõudeid täites 2. Viia läbi ülesande alusel kliendi nõustamine sobivate jumestustoodete ja vahendite valikul ning teostada üks enda poolt valitud jumestus 3. Analüüsida paaritööna enda ja kaasõpilase näokuju ning hinnata värvitüüp 	
Lõimitud teemad		
Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine	
Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hinnatavad ülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi tasemel	
sh lävend	“A” saamise tingimus: Õppija:	

	<ol style="list-style-type: none"> 1. demonstreerib tööülesandest lähtuvalt töökoha ja kliendi ettevalmistamist sobivate töövahendite ning toodetega 2. põhjendab toodete ja töövahendite valikut 3. nimetab vähemalt kolm erinevat näokuju ja selle korrigeerimise võimalust 4. nimetab vähemalt kaks näidustust ja vastunäidustust jumestamiseks 5. nimetab põhi-, täiendus- ja sugulasvärvid, külmad ja soojad värvid 6. kirjeldab kevade-, suve-, sügise- ja talvenaisetüüpe 7. analüüsib kliendi nahka visuaalselt selgitades välja näidustused ja vastunäidustused jumestuseks 8. demonstreerib tööülesandest lähtudes päeva – ja õhtumeigi teostamist arvestades kliendi soovide ja näokujuga valides sobivad tooted ja töövahendid ning kasutades ergonoomilisi töövõtteid ja tööohutuse ning hügieeninõuete täitmist 9. selgitab tööülesandest lähtuvalt jumestustoodete sobivust kliendile 10. demonstreerib tööülesandest lähtuvalt kliendi nõustamist ja sobivate jumestustoodete ning vahendite valikut, põhjendab oma valikut, kasutades erialalist terminoloogiat ka võõrkeeles
Õppematerjalid	<ol style="list-style-type: none"> 1. Härmat, R. (2012) Jumestusjutud, Tallinn 2. Keevallik, M. (1991) Jumesta ennast õigesti, Tallinn 3. Rüdiger, M. (1996) Valikjumestu, Ersen 4. Sangla, T. (2009) Jumestamisest, Tallinn 5. Tarmak, T. (1976) Peeglike, peeglike seina peal., Tallinn

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
10	Juhendamine	2	Karina Pajunurm, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Läbitud on sissejuhatus kutseõpingutesse ja karjääriplaneerimine ja ettevõtlus moodulid		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane rakendab oma teadmisi ja oskusi praktikantide/ alustavate töötajate juhendamisel, analüüsides seeläbi enda ja juhendatavate tööd. Oskab planeerida ilusalongi tööd, koostab töögraafikuid kasutades IT vahendeid		
Auditoorne õpe		Iseseisev õpe	Praktiline töö
20 tundi		12 tundi	20 tundi

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. juhendab nooremat kolleegi igapäeva töös, toetab ja julgustab erinevate töö situatsioonide lahendamisel	<ul style="list-style-type: none"> kirjeldab juhendamise põhimõtteid nooremate kolleegide toetamiseks juhendab nooremaid kolleege, aitab probleemide lahendamisel, on julgustav ja toetav 	Mitteeristav hindamine
2. organiseerib igapäeva tööd, koostab töögraafikuid ning kontrollib enda ja kaastöötajate töö kvaliteeti	<ul style="list-style-type: none"> koostab töögraafikuid vastavalt hoolduste aegadest ja töötajate olemasolust jälgib kaastöötajat (õpilast/praktikanti) erialaste tööülesannete täitmisel, jätkusuutlikult sekkudes ja juhendades 	Mitteeristav hindamine
3. annab konstruktiivset tagasisidet, on julgustav ja toetav	<ul style="list-style-type: none"> nimetab ja analüüsib tagasiside andmise etappe, toob välja nende tähtsuse tagasisidestamisel tagasisidet andes motiveerib ja innustab õpilasi/praktikante ja kaastöötajaid 	Mitteeristav hindamine
4. juhib enda ja teiste arengut, on võimeline kiiresti kohanema muutuva olukorraga ning suuteline organiseerima ümber nii enda kui teiste tööd	<ul style="list-style-type: none"> kaardistab omandatud erialaseid oskusi, määratleb koolitusvajaduse ning suunab arengut tõhustavatele koolitustele ja seminaridele kohaneb kiiresti muutuvate olukordadega, suunab vajadusel juhendatavate tööd erinevates tööolukordades 	Mitteeristav hindamine

Mooduli jagunemine		
Juhendamine	Alateemad	Seos õpiväljundiga
Auditoorne õpe 20 Iseseisev õpe 12 Praktiline töö 20	1. JUHENDAJA ISIKSUS JA TEGEVUSED Juhendaja ülesanded, rollid, vastutus ja kohustused. Juhendaja sotsiaalsed pädevused. Juhendatava ootused. Koostööoskuste rakendamine juhendamise protsessis. Juhendamise protsess ja selle olemus. Juhendamise ja mentorluse olemus. Uue töötaja ja praktikandi juhendamise	juhendab nooremat kolleegi igapäeva töös, toetab ja julgustab erinevate töö situatsioonide

	<p>erinevused. Juhendamine kui arendusmeetod</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist. ENESEANALÜÜS: teemal Mina juhendajana, vormistab juhendi alusel kirjaliku tööna vastavalt Pärnumaa KHK kirjalike tööde juhendile AJURÜNNAK: Juhendatava ootused juhendajale? RÜHMAARUTELU: Millised on juhendaja olulised eesmärgid, sõnastab paberile? MIND-MAP: Milliseid oskusi ma arvan endal olevat ja millistest oskustest jääb puudu? (Kõik arvamused visualiseerib mind-map´ina suurel paberil 3-4 grupis) PROBLEEMSITUATSIOONI lahendamine: juhendi alusel nõustab ja aitab probleemi lahendamisel</p> <p>2. KLIENDITEENINDUS ILUSALONGIS Ajaplaneerimine. Oma aja kasutamise analüüs. Tüüpilised ajaraiskajad. Prioriteetide seadmine</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist. ÜLESANNE: õpilane koostab juhendi alusel exelis ühe kuu töögraafiku vastavalt etteantud töötajate arvule ja tööajale RÜHMAHARJUTUS õppesalongis 3-4 grupis: juhendi alusel õpilane jälgib kaasõpilast erialaste tööülesannete täitmisel, vajadusel sekkudes ja juhendades. Kogetu refleksioon - koos juhendajaga analüüsib ja arutleb tagasi saadud kogemuse üle</p> <p>3. KONSTRUKTIIVNE TAGASISIDE Tagasiside etappide tundmine ja analüüsimine. Positiivne ja negatiivne tagasiside. Eetilised põhiprintsiibid. Probleemsituatsioonile tagasiside andmine. Tagasiside käigus kaasõpilaste/praktikantide ja kaastöötajate motiveerimise ülesande lahendamine</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist. RÜHMAHARJUTUS õppesalongis 3-4 grupis: õpilane annab juhendi alusel probleemsituatsioonile tagasisidet, arvestades eetiliste aspektidega</p> <p>4. ENESEARENG Enesehindamine. Ülevaade arenguestlustest. Koolitusvajadus. Õppimist toetavad ja takistavad tegurid. Õppimine ja õpetamine erinevas eas. Õppimise ja õpetamise vormid ja meetodid.</p> <p>5. TÖÖ ORGANISEERIMINE ILUSALONGIS</p>	<p>lahendamisel organiseerib igapäeva tööd, koostab töögraafikuid ning kontrollib enda ja kaastöötajate töö kvaliteeti annab konstruktiivset tagasisidet, on julgustav ja toetav juhib enda ja teiste arengut, on võimeline kiiresti kohanema muutuva olukorraga ning suuteline organiseerima ümber nii enda kui teiste tööd</p>
--	--	--

	Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist. ROLLIMÄNG paarisgrupis: arenguvestlusprotsessi praktiline läbiviimine isikliku kogemuse saamiseks erinevates rollides PAARISTÖÖ: juhendi alusel õpetamist ja õppimist soodustavate ja takistavate aspektide kogemine ning hindamine piiratud kommunikatsiooni tingimustes, analüüs suures grupis	
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hinnatavad ülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi kohaselt	
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. kirjeldab juhendamise põhimõtteid nooremate kolleegide toetamiseks 2. juhendab nooremaid kolleege, aitab probleemide lahendamisel, on julgustav ja toetav 3. koostab töögraafikuid vastavalt hoolduste aegadest ja töötajate olemasolust 4. jälgib kaastöötajat (õpilast/praktikanti) erialaste tööülesannete täitmisel, jätkusuutlikult sekkudes ja juhendades 5. kaardistab omandatud erialaseid oskusi, määratleb koolitusvajaduse ning suunab arengut tõhustavatele koolitustele ja seminaridele 6. kohaneb kiiresti muutuvate olukordadega, suunab vajadusel juhendatavate tööd erinevates tööolukordades 7. kaardistab omandatud erialaseid oskusi, määratleb koolitusvajaduse ning suunab arengut tõhustavatele koolitustele ja seminaridele 8. kohaneb kiiresti muutuvate olukordadega, suunab vajadusel juhendatavate tööd erinevates tööolukordades 	
Õppemeetodid	Loeng, ajurünnak, rühma arutelu, mind-map, eneseanalüüs, iseseisev töö, praktiline töö, rollimäng, analüüs, kogetu refleksioon, rühmaharjutus, demonstratsioon	
Hindamismeetodid	<p>Hindamismeetodid: iseseisev töö, praktiline töö, arutlus, probleemsituatsiooni lahendamine</p> <p>Hindamisülesanded:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Lahendada juhendi alusel positiivse ja konstruktiivse tööõhkkonna loomise ülesanne arvestades eetiliste aspektidega 2. Nõustada ja aidata juhendatavat probleemi lahendamisel 	
Lõimitud teemad		
Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine	
Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hinnatavad ülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi kohaselt	
sh lävend	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. kirjeldab juhendamise põhimõtteid nooremate kolleegide toetamiseks 2. juhendab nooremaid kolleege, aitab probleemide lahendamisel, on julgustav ja toetav 3. koostab töögraafikuid vastavalt hoolduste aegadest ja töötajate olemasolust 4. jälgib kaastöötajat (õpilast/praktikanti) erialaste tööülesannete täitmisel, jätkusuutlikult sekkudes ja juhendades 5. kaardistab omandatud erialaseid oskusi, määratleb koolitusvajaduse ning suunab arengut tõhustavatele koolitustele ja seminaridele 	

	<p>6. kohaneb kiiresti muutuvate olukordadega, suunab vajadusel juhendatavate tööd erinevates tööolukordades</p> <p>7. kaardistab omandatud erialaseid oskusi, määratleb koolitusvajaduse ning suunab arengut tõhustavatele koolitustele ja seminaridele</p> <p>8. kohaneb kiiresti muutuvate olukordadega, suunab vajadusel juhendatavate tööd erinevates tööolukordades</p>
Õppematerjalid	<p>1. Baustad, I., Sorsveen, A. (2009). Juhtimise argipäev. Tallinn. Lk 63-96</p> <p>2. Routes (2012). Inimestevahelised suhted. (16.02.2017) http://www.ametikool.ee/computer/2%20inimestevahelised_suhted/juhendamine%20opetamine.pdf</p> <p>3. Juhtimise ABC http://personalidisain.ee/tag/juhtimisoskused/</p>

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
11	Erialane inglise keel	3	Eesi Rosenberg, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane omandab kosmeetiku eriala terminoloogia, hoolduste kirjeldused ja erialase teksti mõistmise ning kasutab oskussõnavara rahvusvahelise kliendiga suhtlemisel ning erialase info mõistmisel ja edastamisel		
Auditoorne õpe		Iseseisev õpe	Praktiline töö
26 tundi		20 tundi	32 tundi

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. kasutab erialast terminoloogiat hoolitsuste läbiviimisel nimetades töövahendeid ja tooteid	<ul style="list-style-type: none"> rakendab erialaseid ja kutsekeele oskusi suhtlemisel rahvusvahelise kliendiga toodete ja hoolduste tutvustamisel ja teostamisel koostab etteantud juhendi alusel kosmeetiku teenuste ja toodete loendi koos lühikeste selgitustega kasutades erialast sõnavara ja jälgides keelelist korrektsust 	Mitteeristav hindamine
2. suhtleb rahvusvahelise kliendiga otsesuhtluses ja telefoni teel	<ul style="list-style-type: none"> demonstreerib etteantud töösituatsioonide alusel rollimängudes ametialast suhtlemisoskust nii otsesuhtluses kui telefoni teel 	Mitteeristav hindamine
3. nõustab klienti inglise keeles	<ul style="list-style-type: none"> selgitab kliendile hoolduste põhimõtteid, näidustusi ja vastunäidustusi ning on valmis soovitada tooteid koduseks kasutamiseks 	Mitteeristav hindamine

Mooduli jagunemine		
Erialane inglise keel Auditoorne õpe 26 Iseseisev õpe 20 Praktiline töö 32	Alateemad 1. NÄOHOOLDUS 2. KÄTE- JA JALGADE HOOLDUS 3. KEHAHOOLDUS 4. JUMESTAMINE 5. KOSMEETIKU TÖÖVAHENDID JA TOOTED Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist. RÜHMATÖÖD: Õpilane iseloomustab juhendi alusel ühte hooldust ja seal kasutatavaid tooteid ning töövahendeid	Seos õpiväljundiga kasutab erialast terminoloogiat hoolitsuste läbiviimisel nimetades töövahendeid ja tooteid suhtleb rahvusvahelise kliendiga otsesuhtluses ja telefoni teel nõustab klienti inglise keeles

	<p>6. TELEFONIVESTLUS 7. OTSE SUHTLUS</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist. ROLLIMÄNGUD: õpilane demonstreerib etteantud töösituatsioonide alusel ametialast suhtlemisostkust nii otsesuhtluses kui telefoni teel (kliendi vastuvõtmine, soovide väljaselgitamine, hoolduste ja toodete tutvustamine, hoolduste broneerimine, probleemi lahendamine, kliendirahulolu selgitamine, viisakusvestlus)</p> <p>8. NÄIDUSTUSTE JA VASTUNÄIDUSTUSTE VÄLJASELGITAMINE</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist. ROLLIMÄNGUD: õpilane nõustab klienti inglise keeles, selgitades hoolduste sobivust ja mitesobivust kliendile ning soovib koduseks kasutamiseks tooteid</p>	
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hinnatavad ülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi kohaselt	
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. rakendab erialaseid ja kutsekeele oskusi suhtlemisel rahvusvahelise kliendiga toodete ja hoolduste tutvustamisel ja teostamisel 2. koostab etteantud juhendi alusel kosmeetiku teenuste ja toodete loendi koos lühikeste selgitustega kasutades erialast sõnavara ja jälgides keelelist korrektsust 3. demonstreerib etteantud töösituatsioonide alusel rollimängudes ametialast suhtlemisostkust nii otsesuhtluses kui telefoni teel 3. nõustab klienti inglise keeles 	
Õppemeetodid	Loeng, arutelu, iseseisev töö, praktiline töö, rühmatöö, rollimängud	
Hindamismeetodid	<p>Hindamismeetodid: praktiline töö, ülesanne/harjutus, suuline esitus, probleemsituatsiooni lahendamine</p> <p>Hindamisülesanded:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Iseloomustada juhendi alusel ühte hooldust ja seal kasutatavaid tooteid ning töövahendeid 2. Nõustab klienti inglise keeles, selgitades hoolduste sobivust ja mitesobivust kliendile ning soovib koduseks kasutamiseks tooteid 3. Demonstreerida etteantud töösituatsiooni alusel ametialast suhtlemisostkust nii otsesuhtluses kui telefoni teel (kliendi vastuvõtmine, soovide väljaselgitamine, hoolduste ja toodete tutvustamine, hoolduste broneerimine, probleemi lahendamine, kliendirahulolu selgitamine, viisakusvestlus) 	
Lõimitud teemad		
Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine	
Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hinnatavad ülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi kohaselt	

sh lävend	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none">1. rakendab erialaseid ja kutsekeele oskusi suhtlemisel rahvusvahelise kliendiga toodete ja hoolduste tutvustamisel ja teostamisel2. koostab etteantud juhendi alusel kosmeetiku teenuste ja toodete loendi koos lühikeste selgitustega kasutades erialast sõnavara ja jälgides keelelist korrektsust3. demonstreerib etteantud töösituatsioonide alusel rollimängudes ametialast suhtlemisoskust nii otsesuhtluses kui telefoni teel3. nõustab klienti inglise keeles
Õppematerjalid	<ol style="list-style-type: none">1. Jenny Dooley, Virginia Evans, Career Paths: Beauty Salon, 2011, Express Publishing.2. Internet

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
12	Praktiline klienditeenindus	26	Ruth Ilves, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Läbitud moodulid: Sissejuhatus kutseõpingutesse, Anatoomia- ja füsioloogia alused, Kosmeetiku alusõpe, Kosmeetiline keemia, Kehahooldus Läbimisel on: Näohooldus, Käte- ja jalgade hooldus		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õppija rakendab kliendikeskset ja lugupidavat suhtumist teenustööde teostamisel, teenindab kliente ja suhtub klienti hoolivalt, lähtudes kultuurierisustest, eetika- ning konfidentsiaalsuse põhimõtetest, väärtustab meeskonnatööd ja mõistab enda rolli selles		
Praktiline töö			
676 tundi			

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. valmistab ette töökoha ja seadmed, mõistab kliendi vajadustele ja soovidele orienteeritud teenindamise tähtsust, järgib suhtlemise reegleid	<ul style="list-style-type: none"> • valmistab ette ülesandest lähtuvalt töökoha, -vahendid ja seadmed • kirjeldab juhendi alusel erinevate suhtlemise ja teeninduse põhimõisteid, meeskonnatöö iseärasusi, toob näiteid • lahendab juhendi alusel suhtlussituatsiooni ja selgitab valitud tegevusi • teenindab võõrkeelset klienti 	Mitteeristav hindamine
2. võtab vastu kliendi, selgitab välja kliendi soovi, planeerib tööaja ja teenindab kliente, järgides kõikides tööprotsessides tööohutus- ja tööhügieeninõudeid	<ul style="list-style-type: none"> • võtab vastu kliendi ja selgitab juhendi alusel välja kliendi ootused • teostab kliendi hoolduse lähtuvalt kliendi soovist ning selgitab tehtud tööd • vajadusel kirjeldab ja põhjendab töö teostamise keeldumisest 	Mitteeristav hindamine
3. teeb kliendile erinevaid näo-, keha- läte- ja jalgade hooldusi, annab vajadusel esmaabi	<ul style="list-style-type: none"> • teostab kliendi hoolduse lähtuvalt kliendi soovist ning selgitab tehtud tööd • vajadusel on võimeline andma kliendile esmaabi 	Mitteeristav hindamine
4. soovitab kliendile hooldusvahendeid kodus kasutamiseks	<ul style="list-style-type: none"> • nõustab juhendamisel klienti koduhooldus-toodete valimisel ja kasutamisel 	Mitteeristav hindamine

Mooduli jagunemine		
Praktiline klienditeenindus I Praktiline töö 156	Alateemad 1. Töökoha ettevalmistamine. Tööks vajalikud töövahendid, aparatuur, tooted ja nende säilivusaegad	Seos õpiväljundiga valmistab ette töökoha ja seadmed, mõistab kliendi

	<p>Aseptika, antiseptika, desinfitseerimine, steriliseerimine, säilivustähtajad</p> <p>2. Klienditeenindus Kliendi soo, ea, intellektuaalsete, tervislike jm. võimete, eelistuste, vajaduste, kultuurilise tausta, suhtlusvahendi, iseärasuste jmt-ga arvestamine suhtlemisel Kliendi privaatsete andmete ja konfidentsiaalsuse kaitsmine Keerukates teeninduse olukordades rahu, kannatlikkuse, enesekontrolli säilitamine ning kehakeele kontrollimine Ärritunud või hirmunud inimestega toimetulek, nende tunnetega arvestamine, rahustamine, toetamine ja juhendamine Positiivse esmamulje loomine, privaatse, turvalise, eelarvamuste vaba ja mugava õhkkonna loomine Kliendi isikliku ruumi austamine Kliendiga suhtlemisel sobilik keelekasutus ja tema tähelepanelik kuulamine selgitamiseks välja soovid ja ootused teenuse osas Pakutavate teenuste ja toodete tutvustamine, küsimustele arusaadavalt vastamine Kliendikaardi täitmine Kliendi nõustamine toetavalt ja professionaalselt hoolduste valikul Kliendile ülevaate andmine hoolduse käigust, kliendi rahulolu ja enesetunde kohta küsimine</p> <p>3. Praktiline klienditeenindus õppesalongis Kliendile erinevate hoolduste teostamine: Näohooldus Kehahooldus Käte- ja jalgade hooldus Esmaabi</p> <p>4. Kliendile koduseks nahahoolduseks toodete soovitamise arvestades kliendi eripäraga ning järgmiseks hoolduseks võimaluse pakkumine Erinevate firmade hooldustooted Müügitöö ilusalongis Eneseanalüüs</p>	<p>vajadustele ja soovidele orienteeritud teenindamise tähtsust, järgib suhtlemise reegleid võtab vastu kliendi, selgitab välja kliendi soovi, planeerib töötaja ja teenindab kliente, järgides kõikides tööprotsessides tööohutus- ja tööhügieeninõudeid teeb kliendile erinevaid näo-, keha- läte- ja jalgade hooldusi, annab vajadusel esmaabi soovitab kliendile hooldusvahendeid kodus kasutamiseks</p>
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõikide õpiväljundite hindamiskriteeriumid on saavutatud lävendi tasemel	
sh hindekriteeriumid	“A” saamise tingimus: Õppija:	

	<ol style="list-style-type: none"> 1. valmistab ette ülesandest lähtuvalt töökoha, -vahendid ja seadmed 2. kirjeldab juhendi alusel erinevate suhtlemise ja teeninduse põhimõisteid, meeskonnatöö iseärasusi, toob näiteid 3. lahendab juhendi alusel suhtlussituatsiooni ja selgitab valitud tegevusi 4. teenindab võõrkeelset klienti 5. võtab vastu kliendi ja selgitab juhendi alusel välja kliendi ootused 6. teostab kliendi hoolduse lähtuvalt kliendi soovist ning selgitab tehtud tööd 7. vajadusel kirjeldab ja põhjendab töö teostamise keeldumisest 8. teostab kliendi hoolduse lähtuvalt kliendi soovist ning selgitab tehtud tööd 9. vajadusel on võimeline andma kliendile esmaabi 10. nõustab juhendamisel klienti koduhooldus-toodete valimisel ja kasutamisel 	
<p>Praktiline klienditeenindus II Praktiline töö 520</p>	<p>Alateemad</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Töökoha ettevalmistamine. Tööks vajalikud töövahendid, aparaat, tooted ja nende säilivusaegad Aseptika, antiseptika, desinfitseerimine, steriliseerimine, säilivustähtsused 2. Klienditeenindus Kliendi soo, ea, intellektuaalsete, tervislike jm. võimete, eelistuste, vajaduste, kultuurilise tausta, suhtlusvahendi, iseärasuste jmt-ga arvestamine suhtlemisel Kliendi privaatsete andmete ja konfidentsiaalsuse kaitsmine Keerukates teeninduse olukordades rahu, kannatlikkuse, enesekontrolli säilitamine ning kehakeele kontrollimine Ärritunud või hirmunud inimestega toimetulek, nende tunnetega arvestamine, rahustamine, toetamine ja juhendamine Positiivse esmamulje loomine, privaatsuse, turvalise, eelarvamuste vaba ja mugava õhkkonna loomine Kliendi isikliku ruumi austamine Kliendiga suhtlemisel sobilik keelekasutus ja tema tähelepanelik kuulamine selgitamiseks välja soovid ja ootused teenuse osas Pakutavate teenuste ja toodete tutvustamine, küsimustele arusaadavalt vastamine Kliendikaardi täitmine Kliendi nõustamine toetavalt ja professionaalselt hoolduste valikul Kliendile ülevaate andmine hoolduse käigust, kliendi rahulolu ja enesetunde kohta küsimine 3. Praktiline klienditeenindus õppesalongis Kliendile erinevate hoolduste teostamine: Näohooldus Kehahooldus 	<p>Seos õpiväljundiga valmistab ette töökoha ja seadmed, mõistab kliendi vajadustele ja soovidele orienteeritud teenindamise tähtsust, järgib suhtlemise reegleid võtab vastu kliendi, selgitab välja kliendi soovi, planeerib töötaja ja teenindab kliente, järgides kõikides tööprotsessides tööohutus- ja tööhügieeninõudeid teeb kliendile erinevaid näo-, keha- läte- ja jalgade hooldusi, annab vajadusel esmaabi soovitab kliendile hooldusvahendeid kodus kasutamiseks</p>

	<p>Käte- ja jalgade hooldus Esmaabi</p> <p>4. Kliendile koduseks nahahoolduseks toodete soovitamise arvestades kliendi eripäraga ning järgmiseks hoolduseks võimaluse pakkumine Erinevate firmade hooldustooted Müügitöö ilusalongis Eneseanalüüs</p>	
--	---	--

Hindamine	Mitteeristav hindamine
------------------	------------------------

sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõikide õpiväljundite hindamiskriteeriumid on saavutatud lävendi tasemel
--------------------------------	--

sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. valmistab ette ülesandest lähtuvalt töökoha, -vahendid ja seadmed 2. kirjeldab juhendi alusel erinevate suhtlemise ja teeninduse põhimõisteid, meeskonnatöö iseärasusi, toob näiteid 3. lahendab juhendi alusel suhtlussituatsiooni ja selgitab valitud tegevusi 4. teenindab võõrkeelset klienti 5. võtab vastu kliendi ja selgitab juhendi alusel välja kliendi ootused 6. teostab kliendi hoolduse lähtuvalt kliendi soovist ning selgitab tehtud tööd 7. vajadusel kirjeldab ja põhjendab töö teostamise keeldumisest 8. teostab kliendi hoolduse lähtuvalt kliendi soovist ning selgitab tehtud tööd 9. vajadusel on võimeline andma kliendile esmaabi 10. nõustab juhendamisel klienti koduhooldus-toodete valimisel ja kasutamisel
----------------------	--

Õppemeetodid	Praktiline töö
---------------------	----------------

Hindamismeetodid	<p>Hindamismeetodid: praktiline töö, suuline esitus Hindamisülesanded:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Teenindada kliente õppesalongis ja osutada neile erinevaid kosmeetiku teenuseid 2. Lahendada iseseisvalt juhendi alusel erinevaid suhtlussituatsioone
-------------------------	--

Lõimitud teemad	
------------------------	--

Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine
--------------------------	------------------------

Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõikide õpiväljundite hindamiskriteeriumid on saavutatud lävendi tasemel
--	--

sh lävend	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. valmistab ette ülesandest lähtuvalt töökoha, -vahendid ja seadmed 2. kirjeldab juhendi alusel erinevate suhtlemise ja teeninduse põhimõisteid, meeskonnatöö iseärasusi, toob näiteid 3. lahendab juhendi alusel suhtlussituatsiooni ja selgitab valitud tegevusi
-----------	--

	<ol style="list-style-type: none">4. teenindab võõrkeelset klienti5. võtab vastu kliendi ja selgitab juhendi alusel välja kliendi ootused6. teostab kliendi hoolduse lähtuvalt kliendi soovist ning selgitab tehtud tööd7. vajadusel kirjeldab ja põhjendab töö teostamise keeldumisest8. teostab kliendi hoolduse lähtuvalt kliendi soovist ning selgitab tehtud tööd9. vajadusel on võimeline andma kliendile esmaabi10. nõustab juhendamisel klienti koduhooldus-toodete valimisel ja kasutamisel
Õppematerjalid	Kõik erialased õppematerjalid

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
13	Praktika	20	Karin Torin, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Läbitud kõik põhiõpingute moodulid		
Mooduli eesmärk	Õpilane planeerib oma tööd ilusalongis, rakendab omandatud kosmeetiku eriala kutsealaseid teadmisi ja oskusi töökeskkonnas ja meeskonnaliikmena, täidab sihipäraselt töö-ja klienditeenindamise nõuetest tulenevaid tööülesandeid		
Auditoorne õpe		Iseseisev õpe	Praktika
4 tundi		16 tundi	500 tundi

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. planeerib enda praktika eesmärgid ja tööülesanded tulenevalt praktikajuhendist	<ul style="list-style-type: none"> • koostab praktikajuhendi alusel praktikale asumiseks vajalikud dokumendid, vajadusel kasutab praktikajuhendaja abi • seab sisse praktikapäeviku, milles loetleb praktika eesmärgid ja praktika käigus tehtavad tööalased ülesanded 	Mitteeristav hindamine
2. tutvub praktika koha töökorralduse, sisekorraeskirjadega sh tööhügieeni ja töökoha korrashoiu nõuetega ning läbib sissejuhatava ja tööhutusalase esmase juhendamise	<ul style="list-style-type: none"> • kirjeldab kosmeetiku töökorraldust praktikaettevõtte sisekorraeskirja alusel • osaleb töökohal esmasel tööhutusalasel juhendamisel, kirjeldab praktika aruandes selle sisu ja vajadust ning kinnitab seda ettevõttes sätestatud korra kohaselt • valmistab juhendamisel ette töökoha ning paigutab vajalikud tooted ja töövahendid, kontrollib töövahendite, aparaatide korrasolekut 	Mitteeristav hindamine
3. töötab juhendamisel praktikaettevõttes, järgib ettevõtte töökorraldusest tulenevaid nõudeid, rakendab töötamisel efektiivseid ja ohutuid töövõtteid ning täidab klienditeeninduse	<ul style="list-style-type: none"> • teenindab kliente omades korrektset välimust ja professionaalset suhtlust • hoiab töö käigus ja -lõppedes korras enda töökoha, järgib hügieeni-, tööhutuse-ja töökeskkonnanõudeid • rakendab klientide teenindamisel efektiivseid ja ergonomilisi töövõtteid ja järgib klienditeeninduse hea tava nõudeid • loob privaatse, turvalise ja eelarvamuste vaba õhkkonna 	Mitteeristav hindamine

<p>4. täidab iga tööpäeva lõpus praktikapäeviku ja iga nädala lõpus eneseanalüüsi sisaldava aruande ning esitab praktika lõppedes korrektselt vormistatud praktika aruande ja esitleb</p>	<ul style="list-style-type: none"> • täidab igapäevaselt praktikapäevikut vastavalt praktikajuhendile • annab hinnangu enda tööle tulenevalt klienditeeninduse nõuetest ja ettevõtte töökorraldusest • analüüsib enda toimetulekut päevaste tööülesannetega, hindab õpitud ning juhendaja abiga arendamist vajavaid aspekte, fikseerib aruandes • koostab vastavalt juhendile kirjaliku praktikaaruande, annab hinnangu enda tööle ja täidab eneseanalüüsi sisaldava kokkuvõtte, vormistab aruande korrektses eesti keeles, kasutab IT vahendeid • esitleb praktikaaruannet tuginedes praktika eesmärkide saavutatusele ja praktilisel saadud kogemustele 	<p>Mitteeristav hindamine</p>
---	--	-------------------------------

Mooduli jagunemine		
<p>Ettevõttepraktika Auditoorne õpe 4 Iseseisev õpe 16 Praktika 500</p>	<p>Alateemad 1. Ettevõttepraktikaks ettevalmistumine Praktikapäevik ja praktikajuhend, nende koostamine ja täitmine Isiklike praktika eesmärkide seadmine Õpilane on koostanud ja esitanud praktika juhendajale oma praktika eesmärgid 2. Praktikakohaga tutvumine Praktikaettevõtte töökorraldus, sisekorraeskirjad sh tööhügieeni ja töökoha korrashoiu nõuded ning sissejuhatava ja tööohutusosalase esmase juhendamise läbimine Töökoha ettevalmistamine ja vajalikud toodete ja töövahendite tööks valmispanek, töövahendite, aparaatide korrasoleku kontrollimine 3. Praktikaettevõttes töötamine Hoolitsuse läbiviimine juhendaja juuresolekul Töökoha korrashoid töö ajal ja pärast lõpetamist; hügieeni-, tööohutuse- ja töökeskkonnanõuded Klientide teenindamisel efektiivsete ja ergonoomiliste töövõtete rakendamine ja klienditeeninduse hea tava nõuded</p>	<p>Seos õpiväljundiga planeerib enda praktika eesmärgid ja tööülesanded tulenevalt praktikajuhendist tutvub praktika kohtade töökorralduse, sisekorraeskirjadega sh tööhügieeni ja töökoha korrashoiu nõuetega ning läbib sissejuhatava ja tööohutusosalase esmase juhendamise töötab juhendamisel praktikaettevõttes, järgib ettevõtte töökorraldusest tulenevaid nõudeid, rakendab töötamisel</p>

	4. Praktika päeviku ja eneseanalüüsi täitmine, praktika aruande koostamine	efektiivseid ja ohutuid töövõtteid ning täidab klienditeeninduse täidab iga tööpäeva lõpus praktikapäeviku ja iga nädala lõpus eneseanalüüsi sisaldava aruande ning esitab praktika lõppedes korrektselt vormistatud praktika aruande ja esitleb
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõikide õpiväljundite hindamiskriteeriumid on saavutatud lävendi tasemel	
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. koostab praktikajuhendi alusel praktikale asumiseks vajalikud dokumendid, vajadusel kasutab praktikajuhendaja abi 2. seab sisse praktikapäeviku, milles loetleb praktika eesmärgid ja praktika käigus tehtavad tööalased ülesanded 3. kirjeldab kosmeetiku töökorraldust praktikaettevõtte sisekorraeeskirja alusel 4. osaleb töökohal esmasel tööohutusosalasel juhendamisel, kirjeldab praktika aruandes selle sisu ja vajadust ning kinnitab seda ettevõttes sätestatud korra kohaselt 5. valmistab juhendamisel ette töökoha ning paigutab vajalikud tooted ja töövahendid, kontrollib töövahendite, aparatuuride korrasolekut 6. teenindab kliente omades korrektselt välimust ja professionaalset suhtlust 7. hoiab töö käigus ja -lõppedes korras enda töökoha, järgib hügieeni-, tööohutuse- ja töökeskkonnanõudeid 8. rakendab klientide teenindamisel efektiivsed ja ergonoomilisi töövõtteid ja järgib klienditeeninduse hea tava nõudeid 9. loob privaatselt, turvaliselt ja eelarvamuste vaba õhkkonna 10. täidab igapäevaselt praktikapäevikut vastavalt praktikajuhendile 11. annab hinnangu enda tööle tulenevalt klienditeeninduse nõuetest ja ettevõtte töökorraldusest 12. analüüsib enda toimetulekut päevaste tööülesannetega, hindab õpitud ning juhendaja abiga arendamist vajavaid aspekte, fikseerib aruandes 13. koostab vastavalt juhendile kirjaliku praktikaaruande, annab hinnangu enda tööle ja täidab eneseanalüüsi sisaldava kokkuvõtte, vormistab aruande korrektses eesti keeles, kasutab IT vahendeid 14. esitleb praktikaaruannet tuginedes praktika eesmärkide saavutatusele ja praktiliselt saadud kogemustele 	
Õppemeetodid	Arutelu, analüüs, praktiline töö	
Hindamismeetodid	Hindamismeetodid: praktiline töö 1. Koostada ja tutvustada praktikajuhendajale oma praktika eesmärgid	
Lõimitud teemad		

Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine
Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõikide õpiväljundite hindamiskriteeriumid on saavutatud lävendi tasemel
sh lävend	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. koostab praktikajuhendi alusel praktikale asumiseks vajalikud dokumendid, vajadusel kasutab praktikajuhendaja abi 2. seab sisse praktikapäeviku, milles loetleb praktika eesmärgid ja praktika käigus tehtavad tööalased ülesanded 3. kirjeldab kosmeetiku töökorraldust praktikaettevõtte sisekorraeeskirja alusel 4. osaleb töökohal esmasel tööohutusosalasel juhendamisel, kirjeldab praktika aruandes selle sisu ja vajadust ning kinnitab seda ettevõttes sätestatud korra kohaselt 5. valmistab juhendamisel ette töökoha ning paigutab vajalikud tooted ja töövahendid, kontrollib töövahendite, aparaatide korrasolekut 6. teenindab kliente omades korrektset välimust ja professionaalset suhtlust 7. hoiab töö käigus ja -lõppedes korras enda töökoha, järgib hügieeni-, tööohutuse- ja töökeskkonnanõudeid 8. rakendab klientide teenindamisel efektiivsed ja ergonoomilisi töövõtteid ja järgib klienditeeninduse hea tava nõudeid 9. loob privaatse, turvalise ja eelarvamuste vaba õhkkonna 10. täidab igapäevaselt praktikapäevikut vastavalt praktikajuhendile 11. annab hinnangu enda tööle tulenevalt klienditeeninduse nõuetest ja ettevõtte töökorraldusest 12. analüüsib enda toimetulekut päevaste tööülesannetega, hindab õpitut ning juhendaja abiga arendamist vajavaid aspekte, fikseerib aruandes 13. koostab vastavalt juhendile kirjaliku praktikaaruande, annab hinnangu enda tööle ja täidab eneseanalüüsi sisaldava kokkuvõtte, vormistab aruande korrektses eesti keeles, kasutab IT vahendeid 14. esitleb praktikaaruannet tuginedes praktika eesmärkide saavutatusele ja praktiliselt saadud kogemustele
Õppematerjalid	<ol style="list-style-type: none"> 1. Praktikajuhend 2. Kogu erialane õppematerjal

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
14	Ettevõtlusõpe	5	Hanna Kuldsaar-Sarv, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane on omandanud pädevuse (teadmised, oskused ja hoiakud), mis võimaldab tal olla ettevõtlik töötaja ning luua ja juhtida ettevõtet õpitavas valdkonnas		
Auditoorne õpe		Iseseisev õpe	
102 tundi		28 tundi	

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. hindab äri võimalusi, arvestades iseenda eeldusi ja ettevõtluskeskkonda	<ul style="list-style-type: none"> analüüsib enda võimalusi ettevõtjana või ettevõtliku töötajana, lähtudes vajalikest ressurssidest ja ärietikast analüüsib meeskonnatööna õpitava valdkonna ettevõtte toimimist ja juhtimist ning selle keskkonda analüüsib meeskonnatööna kavandatud äriidee uudsust ja teostatavust, arvestades sihtturgu ja ettevõtluskeskkonda koostab ärimudeli lähtudes äriidee teostatavusest 	Mitteeristav hindamine
2. kavandab turundustegevused vastavalt äriidees valitud tootele, tarbijale ja turutingimustele	<ul style="list-style-type: none"> analüüsib meeskonnatööna sihtrühmi ja turgu lähtuvalt tootest põhjendab meeskonnatööna valitud turundustegevusi lähtuvalt sihtrühmast, turust ja tootest 	Mitteeristav hindamine
3. kavandab ettevõtte eelarvestamise, finantseerimise ja majandusarvestuse põhimõtteid lähtudes õigusaktidest ja heast tavast	<ul style="list-style-type: none"> koostab meeskonnatööna ettevõtte investeeringute ja tegevuskulude eelarve ning müügiprognoosi, lähtudes äriideest ja turuanalüüsist hindab meeskonnatööna erinevaid finantseerimisvõimalusi, lähtudes loodud äriidee valdkonnast 	Mitteeristav hindamine
4. korraldab ettevõtte juhtimise ja arenduse lähtuvalt ärimudelitest	<ul style="list-style-type: none"> kavandab ettevõtte asutamistsessi, lähtudes äriseadustikust kavandab meeskonnatööna juhtimistegevused, lähtuvalt ettevõtte eesmärkidest 	Mitteeristav hindamine

- koostab ettevõtte arengustrateegia, lähtudes ärimudelist, finantsprognosidest ja ettevõtluskeskkonnast
- kavandab ettevõtte majandusarvestuse lähtudes õigusaktidest ja heast tavast

Mooduli jagunemine

Ettevõtlus

Auditoorne õpe 72
Iseseisev õpe 19

Alateemad

1. ETTEVÕTLUSKESKKOND

- 1.1. Ettevõtte. Ettevõtlus. Ettevõtja. Ettevõtlikkus
- 1.2. Ettevõtluskeskkond
- 1.3. Kultuuride vaheliste erinevuste mõju ettevõttele
- 1.4. Töösuhted (Tööseadusandlus, töölepingud, ajatöö ja tükitöö, bruto- ja netopalk, ajutine töövõimetus)
- 1.5. Äriidee. Ärimudelid. Meeskonnatöö
 - * Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist
 - * Individuaalne SWOT-analüüs: Minu võimalused ettevõtjana
 - * Praktiline meeskonnatöö: struktureeritud aruande (foto-, video- vm) koostamine lähtuvalt juhiseist
 - * Õppekäik ettevõttesse
 - * Töövarjuna ettevõttes

2. TURG JA TURUNDUS

- 2.1. Nõudlus, pakkumine ja turu tasakaal
- 2.2. Konkurents
- 2.3. Turunduseesmärgid
- 2.4. Turundusmeetmestik
- 2.5. Turuanalüüs
- 2.6. Turundusuuring
 - * Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist.
 - * Rühmatöö: Sihtrühmade analüüs ja turundustegevuste plaan (üheks aastaks)

3. FINANTSID

- 3.1. Majanduskeskkond
- 3.2. Tulude ja kulude ringkäik
- 3.3. Ressursid
- 3.4. Ettevõtte tulud ja kulud

Seos õpiväljundiga
hindab ärivõimalusi, arvestades iseenda eeldusi ja ettevõtluskeskkonda kavandab ettevõtte eelarvestamise, finantseerimise ja majandusarvestuse põhimõtteid lähtudes õigusaktidest ja heast tavast korraldab ettevõtte juhtimise ja arenduse lähtuvalt ärimudelist

- * Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist.
- * Rühmatöö: juhtumianalüüsid (näidisülesanded)
- * Meeskonnatöö: ettevõtte investeringute ja tegevuskulude eelarve, müügiprognoos, kasumiplaan ja bilanss
- * Juhtumianalüüs: ettevõtte finantseerimisvõimalused
- * Praktiline meeskonnatöö: ettevõtte majandusarvestuse põhimõtted koos seoste/viidetega õigusaktidele ja/või heale tavale

4. ETTEVÕTTE JUHTIMINE

4.1. Ärimudeli koostamine Ettevõtte asutamine

4.2. Ettevõtlusvormid

4.3. Meeskonnatöö

4.4. Organisatsioon (inimesed, struktuur, eesmärk)

4.5. Juhtimistegevused

4.6. Strateegiline juhtimine

* Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist.

* Praktiline meeskonnatöö juhendi alusel: protsessikirjeldus või –mudel ettevõtte asutamisest lähtuvalt ettevõtlusvormist ja äriideest

* Praktiline meeskonnatöö juhendi alusel: ettevõtlusvormide võrdlus

* Juhtumianalüüsid juhtimisest ja STRATEEGIAST

5. Äriplaani koostamine

Tegevusnäitajad kutsestandardis:

1. Hindab tegutsemise eesmärgist lähtuvalt ettevõtluse võimalusi; valib sobiva ettevõtlusvormi; korraldab oma tegevust, arvestades kutsealast teavet ja õigusakte ning lähtudes väikeettevõtluse põhitõdedest.
2. Kujundab teenuste hinnad, lähtudes hinnakujuunduse põhimõtetest, tegevuskuludest ja turusituatsioonist; koostab salongi eelarve, arvestades kulusid (nt maksud) ja tulusid; jälgib eelarve täitmist.
3. Planeerib ja koordineerib meeskonna, töötajate või õpilaste rühma tegevusi.
4. Organiseerib vajalike töö- ja kulumaterjalide hankimise.
5. Haldab kliendibaasi, järgides seadusi.
6. Planeerib müügiampaaniad ja turundustegevused, lähtudes salongi kontseptsioonist; koostab püsikliendiprogramme.
7. Planeerib tööaja ja koostab töögraafikuid.
8. Jälgib klientidega suhtlemist, nende tagasisidet ja rahulolu.

Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik ülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi kohaselt	
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. analüüsib enda võimalusi ettevõtjana või ettevõtliku töötajana, lähtudes vajalikest ressurssidest ja ärietikast 2. analüüsib meeskonnatööna õpitava valdkonna ettevõtte toimimist ja juhtimist ning selle keskkonda 3. analüüsib meeskonnatööna kavandatud äriidee uudsust ja teostatavust, arvestades sihtturgu ja ettevõtlus-keskkonda 4. koostab ärimudeli lähtudes äriidee teostatavusest 5. analüüsib meeskonnatööna sihtrühmi ja turgu lähtuvalt tootest 6. põhjendab meeskonnatööna valitud turundustegevusi lähtuvalt sihtrühmast, turust ja tootest 7. koostab meeskonnatööna ettevõtte investeeringute ja tegevuskulude eelarve ning müügiprognoosi, lähtudes äriideest ja turuanalüüsist 8. hindab meeskonnatööna erinevaid finantseerimisvõimalusi, lähtudes loodud äriidee valdkonnast 9. kavandab ettevõtte majandusarvestuse lähtudes õigusaktidest ja heast tavast 10. kavandab ettevõtte asutamisprotsessi, lähtudes äriseadustikust 11. kavandab meeskonnatööna juhtimistegevused, lähtuvalt ettevõtte eesmärkidest 12. koostab ettevõtte arengustrateegia, lähtudes ärimudelitest, finantsprognoosidest ja ettevõtluskeskkonnast 	
Turundus Auditorne õpe 30 Iseseisev õpe 9	<p>Alateemad</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ETTEVÕTLUSKESKKOND <ol style="list-style-type: none"> 1.1. Ettevõtte. Ettevõtlus. Ettevõtja. Ettevõtlikkus 1.2. Ettevõtluskeskkond 1.3. Kultuuride vaheliste erinevuste mõju ettevõttele 1.4. Töösuhted (Tööseadusandlus, töölepingud, ajatöö ja tükitöö, bruto- ja netopalk, ajutine töövõimetus) 1.5. Äriidee. Ärimudelid. Meeskonnatöö <ul style="list-style-type: none"> * Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist * Individuaalne SWOT-analüüs: Minu võimalused ettevõtjana * Praktiline meeskonnatöö: struktureeritud aruande (foto-, video- vm) koostamine lähtuvalt juhiseist * Õppekäik ettevõttesse * Töövarjuna ettevõttes 2. TURG JA TURUNDUS <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Nõudlus, pakkumine ja turu tasakaal 2.2. Konkurents 2.3. Turunduseesmärgid 2.4. Turundusmeetmestik 	<p>Seos õpiväljundiga</p> <p>kavandab turundustegevused vastavalt äriidees valitud tootele, tarbijale ja turutingimustele</p>

2.5. Turuanalüüs

2.6. Turundusuuring

* Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist.

* Rühmatöö: Sihtrühmade analüüs ja turundustegevuste plaan (üheks aastaks)

3. FINANTSID

3.1. Majanduskeskkond

3.2. Tulude ja kulude ringkäik

3.3. Ressursid

3.4. Ettevõtte tulud ja kulud

* Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist.

* Rühmatöö: juhtumianalüüsid (näidisülesanded)

* Meeskonnatöö: ettevõtte investeeringute ja tegevuskulude eelarve, müügiprognoos, kasumiplaan ja bilanss

* Juhtumianalüüs: ettevõtte finantseerimisvõimalused

* Praktiline meeskonnatöö: ettevõtte majandusarvestuse põhimõtted koos seoste/viidetega õigusaktidele ja/või heale tavale

4. ETTEVÕTTE JUHTIMINE

4.1. Ärimudeli koostamine Ettevõtte asutamine

4.2. Ettevõtlusvormid

4.3. Meeskonnatöö

4.4. Organisatsioon (inimesed, struktuur, eesmärk)

4.5. Juhtimistegevused

4.6. Strateegiline juhtimine

* Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist.

* Praktiline meeskonnatöö juhendi alusel: protsessikirjeldus või –mudel ettevõtte asutamisest lähtuvalt ettevõtlusvormist ja äriideest

* Praktiline meeskonnatöö juhendi alusel: ettevõtlusvormide võrdlus

* Juhtumianalüüsid juhtimisest ja STRATEEGIAST

5. Äriplaani koostamine

Tegevusnäitajad kutsestandardis:

1. Hindab tegutsemise eesmärgist lähtuvalt ettevõtluse võimalusi; valib sobiva ettevõtlusvormi; korraldab oma tegevust, arvestades kutsealast teavet ja õigusakte ning lähtudes väikeettevõtluse põhitõdedest.

	<p>2. Kujundab teenuste hinnad, lähtudes hinnakujunduse põhimõtetest, tegevuskuludest ja turusituatsioonist; koostab salongi eelarve, arvestades kulusid (nt maksud) ja tulusid; jälgib eelarve täitmist.</p> <p>3. Planeerib ja koordineerib meeskonna, töötajate või õpilaste rühma tegevusi.</p> <p>4. Organiseerib vajalike töö- ja kulumaterjalide hankimise.</p> <p>5. Haldab kliendibaasi, järgides seadusi.</p> <p>6. Planeerib müügikampaaniad ja turundustegevused, lähtudes salongi kontseptsioonist; koostab püsikliendiprogramme.</p> <p>7. Planeerib tööaja ja koostab töögraafikuid.</p> <p>8. Jälgib klientidega suhtlemist, nende tagasisidet ja rahulolu.</p>	
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik ülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi kohaselt	
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. analüüsib enda võimalusi ettevõtjana või ettevõtliku töötajana, lähtudes vajalikest ressurssidest ja ärietikast 2. analüüsib meeskonnatööna õpitava valdkonna ettevõtte toimimist ja juhtimist ning selle keskkonda 3. analüüsib meeskonnatööna kavandatud äriidee uudsust ja teostatavust, arvestades sihtturgu ja ettevõtlus-keskkonda 4. koostab ärimudeli lähtudes äriidee teostatavusest 5. analüüsib meeskonnatööna sihtrühmi ja turgu lähtuvalt tootest 6. põhjendab meeskonnatööna valitud turundustegevusi lähtuvalt sihtrühmast, turust ja tootest 7. koostab meeskonnatööna ettevõtte investeeringute ja tegevuskulude eelarve ning müügiprognoosi, lähtudes äriideest ja turuanalüüsist 8. hindab meeskonnatööna erinevaid finantseerimisvõimalusi, lähtudes loodud äriidee valdkonnast 9. kavandab ettevõtte majandusarvestuse lähtudes õigusaktidest ja heast tavast 10. kavandab ettevõtte asutamistsesssi, lähtudes äriseadustikust 11. kavandab meeskonnatööna juhtimistegevused, lähtuvalt ettevõtte eesmärkidest 12. koostab ettevõtte arengustrateegia, lähtudes ärimudelist, finantsprognoosidest ja ettevõtluskeskkonnast 	
Õppemeetodid	<ul style="list-style-type: none"> • Mõistekaart rühmatööna: toote kirjeldus • Praktiline meeskonnatöö juhendi alusel: Sihtrühmade analüüs • Praktiline meeskonnatöö juhendi alusel (meedium vaba): turundustegevuste plaan • Juhtumianalüüs (näidisülesanded) rühmatööna • Praktiline meeskonnatöö juhendi alusel (meedium vaba): ettevõtte investeeringute ja tegevuskulude eelarve, müügiprognoos, kasumiplaan ja bilanss • Juhtumianalüüs: ettevõtte finantseerimisvõimalused • Praktiline meeskonnatöö: ettevõtte majandusarvestuse põhimõtted koos seoste/viidetega õigusaktidele ja/või heale tavale • Praktiline meeskonnatöö: struktureeritud aruande (foto-, video- vm) koostamine lähtuvalt juhiseist . Kohtumine ettevõtjaga 	

	<p>(rühmatöö). Õppekäik ettevõttesse Töövarjuna ettevõttes</p> <ul style="list-style-type: none"> • Intervjuu ettevõtjaga (rühmatöö). Lood (sh videod) ettevõtetest ja ettevõtjatest. Mõistekaart rühmatööna. Ajurünnak. Videolugu (video-, foto-reportaaž ettevõttest rühmatööna. Ideekaart: äriidee õpitavas valdkonnas. ••• • Ärimudeli koostamine ja esitlemine rühmatööna. Analüüsimeetodid (SWOT, PESTLE, juhtumianalüüs) • Praktiline meeskonnatöö juhendi alusel: protsessikirjeldus või –mudel ettevõtte asutamisest lähtuvalt ettevõtlusvormist ja äriideest • Praktiline meeskonnatöö juhendi alusel: ettevõtlusvormide võrdlus • Juhtumianalüüsid juhtimisest ja strateegiast
Hindamismeetodid	<p>Hindamismeetodid: rühmatöö, arutus, enesehindamine, analüüs, ettekanne/esitlus, intervjuu, juhtumi analüüs</p> <p>Hindamisülesanded:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Struktureeritud aruande (nt posteri) esitlus meeskonnatööna 2. Äriidee koostamine meeskonnatööna 3. Äriplaan
Lõimitud teemad	
Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine
Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik ülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi kohaselt
sh lävend	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. analüüsib enda võimalusi ettevõtjana või ettevõtliku töötajana, lähtudes vajalikest ressurssidest ja ärieetikast 2. analüüsib meeskonnatööna õpitava valdkonna ettevõtte toimimist ja juhtimist ning selle keskkonda 3. analüüsib meeskonnatööna kavandatud äriidee uudsust ja teostatavust, arvestades sihtturgu ja ettevõtlus-keskkonda 4. koostab ärimudeli lähtudes äriidee teostatavusest 5. analüüsib meeskonnatööna sihtrühmi ja turgu lähtuvalt tootest 6. põhjendab meeskonnatööna valitud turundustegevusi lähtuvalt sihtrühmast, turust ja tootest 7. koostab meeskonnatööna ettevõtte investeeringute ja tegevuskulude eelarve ning müügiprognoosi, lähtudes äriideest ja turuanalüüsist 8. hindab meeskonnatööna erinevaid finantseerimisvõimalusi, lähtudes loodud äriidee valdkonnast 9. kavandab ettevõtte majandusarvestuse lähtudes õigusaktidest ja heast tavast 10. kavandab ettevõtte asutamisprotsessi, lähtudes äriseadustikust 11. kavandab meeskonnatööna juhtimistegevused, lähtuvalt ettevõtte eesmärkidest 12. koostab ettevõtte arengustrateegia, lähtudes ärimudelist, finantsprognoosidest ja ettevõtluskeskkonnast
Õppematerjalid	<ol style="list-style-type: none"> 1. Randma, T., Raiend, E., Rohelaan, R. jt (2007) Ettevõtluse alused. 2. SA Innove http://www.innove.ee/UserFiles/Kutseharidus/Ettevõtlusõpe/Ettevõtluse%20alused%20õpilasele.pdf 3. Sirkel, R., Uiboleht, K., Teder, J. jt (2008) Ideest eduka ettevõtten 4. SA Innove http://www.innove.ee/UserFiles/Kutseharidus/Ettevõtlusõpe/Ideest%20eduka%20ettevõtteni.pdf 5. Töötamise tulevikutrendid http://oska.kutsekoda.ee/tootamise-tulevikutrendid/tootamise-tulevikutrendid-2016/ 6. Jaansoo, A. (2012) Turunduse alused. I: baasteooria, juhtumikirjelduste ja ülesannete kogu

7. <http://www.innove.ee/UserFiles/Kutseharidus/Õppe-%20ja%20juhendamaterjalid/Turundus%20I.pdf>
8. Vodja, E., Zirnask, V., Suitsu, P. jt (2014) Majandusõpik gümnaasiumile
9. Junior Achievement Eesti SA, Eamets, R jt (2012) Ettevõtlikkusest ettevõtluseni
10. SA Teadlik Valik TÜ, TTÜ, EEK Mainor (2014) Ettevõtlikkusest ettevõtlikkuseni töövihik
<https://koolielu.ee/waramu/view/1-00fc8369-4a5b-4fd8-9271-da0d872060c9>
11. Mägi, J. Ettevõtluse ja äriplaani koostamise alused (2011)
12. http://www.e-ope.ee/_download/euni_repository/file/2168/Ettevõtlus_2011%20-tekst.pdf
13. Teder, J., Varendi, M. (2008) Mis toimub ettevõttes? Ettevõtte hindamine ja arendamine
14. HTM, SA Innove, Suppi, K. (2013) Ettevõtlusõpik- käsiraamat. Atlex,
15. Kärсна, O. (2009) Pissettevõtja käsiraamat, Kirjastus Ilo
16. Zeiger, P. (2013). Vajalikke teadmisi ettevõtlusest. E-õpik. TLÜ <http://ettevotlusope.weebly.com/>
17. Osterwalder, A, Pigneur, Y (2014) Ärimudeli generatsioon. Rahvusraamatukogu kirjastus
18. Äriseadustik <https://www.riigiteataja.ee/akt/131122010019?leiaKehtiv>
19. Ettevõtjajaportaal <http://www.rik.ee/et/ettevotjaportaal>
20. SEB Alustav ettevõtja <http://www.seb.ee/ariklient/alustav-ettevotja>
21. Eesti.ee <https://www.eesti.ee>
22. EAS <http://www.eas.ee/alustav/finantseerimise-kaasamine/stardikapital-finantseerimine-investeerimine/>
23. iPlanner <http://www.iplanner.net/business-financial/online/start.aspx?country=ee>

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
15	Kutsealane liikumine	1	Õnne Ennusaar, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õppija tunneb inimese füsioloogiat, ennetab kutsehaigusi, treenib treeningut vajavaid lihaseid, määrab oma kehalist aktiivsust, jälgib oma rühti ja leiab rühivigadele parandavaid harjutusi		
Auditoorne õpe	Iseseisev õpe	Praktiline töö	
20 tundi	2 tundi	4 tundi	

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. tunneb inimese luustikku ja lihaskonda	<ul style="list-style-type: none"> • kasutab õpetaja poolt etteantud materjale • selgitab õpitu järgi, kuidas peaks raskusi tõstma 	Mitteeristav hindamine
2. tunneb ära treenimist vajava lihase	<ul style="list-style-type: none"> • nimetab, millised on antud erialal töötades nõrgad lihased, mida peaks treenima 	Mitteeristav hindamine
3. valib treenimist vajavatele lihastele sobivad harjutused	<ul style="list-style-type: none"> • valib, millise jõumasinaga, millist lihast treenitakse 	Mitteeristav hindamine
4. määratleb enda kehalist aktiivsust ,täidab treeningpäevikut	<ul style="list-style-type: none"> • oskab määratleda juhendi alusel enda kehalist aktiivsust 	Mitteeristav hindamine
5. jälgib oma rühti ja õiget kehahoiakut	<ul style="list-style-type: none"> • teab, millised on rühihäired ja - nende tekke põhjused 	Mitteeristav hindamine
6. valib kehahoidu ja rühti korrigeerivaid harjutusi	<ul style="list-style-type: none"> • koostab õppematerjalide põhjal õpimapi 	Mitteeristav hindamine

Mooduli jagunemine		
Kutsealane liikumine Auditoorne õpe 20 Iseseisev õpe 2 Praktiline töö 4	<p>Alateemad</p> <p>ÕV1 (2T) 1. Inimese füsioloogia. Tugi- ja liikumiselundkond. Luude ehitus, inimese skelett, lihased, lihaste ehitus, -talitus</p> <p>ÕV2 (6T) 1. Raskuste tõstmine, kasutades õigeid lihaseid. Nõudmised raskuste tõstmiseks. Ettevalmistus jõusaali treeninguteks. Kutsehaigused, valitud elukutse mõju tervisele</p> <p>ÕV3 (4P) 1. Lihastreening jõusaalis</p>	Seos õpiväljundiga tunneb inimese luustikku ja lihaskonda tunneb ära treenimist vajava lihase valib treenimist vajavatele lihastele sobivad harjutused määratleb enda kehalist aktiivsust ,täidab treeningpäevikut jälgib oma rühti ja õiget kehahoiakut

	ÕV4 (4T) 1. Kehaline aktiivsus ja selle kujundamine, jõutreening printsiibid, liikumiskiiruse arendamine, aeroobvastupidavuse arendamine ÕV5 (4T) 1. Rüht, rühihäired, kehahoid, rühihäirete põhjuse ÕV6 (4T+2I) 1. Kehahoiu parandamine läbi harjutuste, liikuvuse parandamine Õpimapi koostamine- kehahoidu parandavatest harjutustest	valib kehahoidu ja rühti korrigeerivaid harjutusi
Iseseisev töö	koostada õpimapp kehahoidu parandavatest harjutustest ja 1 kuu treeningpäevik	
Praktiline töö	Praktilised tunnid jõusaalis	
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi tasemel	
sh hindekriteeriumid	“A” saamise tingimus: Õppija: 1. teab, millest koosneb skelett ja teab, mis on tugi- ja liikumiselundkond 2. teab, milliseid lihaseid tuleb kasutada raskuste tõstmisel 3. oskab valida õige jõumasina 4. koostab 1 kuu treeningpäeviku, teab, mis on kehaline aktiivsus 5. teab rühihäireid ja nende tekke põhjusi 6. koostab õpimapi- kehahoidu parandavatest harjutustest	

Õppemeetodid	keha massi indeksi hindamine, loeng, analüüs, arutlus, rühmatöö, paarisharjutused, jõusaali masinate tutvustamine ja treening, iseseisevtöö	
Hindamismeetodid	Hindamismeetodid: Arutlus, tunnikontroll, kontrolltöö, enesehindamine, ettekanne/esitlus, suuline esitus, õpimapp/portfoolio Hindamisülesanded: 1. Omandada teadmised Inimese füsioloogiast tuginedes õpetaja materjalidele 2. Määratleda, milline masin on millisele lihasele treenimiseks vajalik 3. Esitada treeningpäevik 4. Koostada õpimapp	
Lõimitud teemad		
Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine	
Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi tasemel	
sh lävend	“A” saamise tingimus: Õppija:	

	<ol style="list-style-type: none"> 1. teab, millest koosneb skelett ja teab, mis on tugi- ja liikumiselundkond 2. teab, milliseid lihaseid tuleb kasutada raskuste tõstmisel 3. oskab valida õige jõumasina 4. koostab 1 kuu treeningpäeviku, teab, mis on kehaline aktiivsus 5. teab rühihäireid ja nende tekke põhjusi 6. koostab õpimapi- kehahoidu parandavatest harjutustest
Õppematerjalid	<ol style="list-style-type: none"> 1. P-H. Kingsepp “Inimese füsioloogia”, 2. B J. Ford “Inimene”, A. Lepp “ Inimese anatoomia”, 3. W. Nienstedt... “Inimese füsioloogia ja anatoomia” 4. E. Maiste... “tervise ja kehalise töövõime arendamine noorukieas”, 5. J. Loko “Laste ja noorte spordiõpetus”. 6. M. Loosaar “Metoodiline materjal võimlemisringide õpetajale”. 7. R. Aalto “Liigutaja käsiraamat”, 8. V.Kalam “Kehaliste võimete testid”, 9. K. Hermelin “Kehahoiu ABC”, “Õpilastel erinevad rühihäired”- Eesti Õdede Liidu materjal 10. R.Jalak... “Jõu- ja venitusharjutused igaihele”, 11. I.Okka “Akrobaatika rühmaharjutused”

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
16	Maniküür ja pediküür geellakiga	7	Õnne Ennusaar, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Läbitud on moodulid: Anatoomia, füsioloogia ja patoloogia; Käte- ja jalgade hooldus		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane teeb kliendile küünehooldust geellakiga arvestades kliendi soove ja vajadusi ning luues kliendile heaolutunde, järgides kliendikeskset teenindust		
Auditoorne õpe		Iseseisev õpe	Praktiline töö
32 tundi		26 tundi	124 tundi

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. teab küünte geellakkimisel kasutatavaid erinevaid tooteid, nende koostist ja tehnoloogiaid	<ul style="list-style-type: none"> otsib täiendavat infot ja selgitab iseseivalt erinevate geellakkimise tehnoloogiate eripära, näidustusi ja vastunäidustusi selgitab juhendile toetuvalt erinevate toodete kasutamise viise küünte katmisel komplekteerib vastavalt kliendi soovile vajalikud töövahendid 	Mitteeristav hindamine
2. teab geellakkimise näidustusi ja vastunäidustusi ning arvestab nendega oma töös	<ul style="list-style-type: none"> nimetab geellakkimise näidustusi ja vastunäidustusi nõustab klienti geellakkimisega seotud näidustustest ja vastunäidustustest 	Mitteeristav hindamine
3. oskab kasutada aparati maniküüri, pediküüri ja geellakkimise töödes	<ul style="list-style-type: none"> demonstreerib küüne ettevalmistamist aparaadiga ja geellaki paigaldamist demonstreerib aparadi kasutamist pediküüris, varvaste ettevalmistamist geellakiks ja erinevate otsikute kasutamist tallal 	Mitteeristav hindamine
4. teab geellakkimise ja eemaldamise erinevaid töövõtteid ja vahendeid ning rakendab neid praktilises töös	<ul style="list-style-type: none"> kirjeldab geellakkimise ja eemaldamise erinevaid töövõtteid demonstratsiooni käigus demonstreerib küünte ettevalmistamist geellakkimiseks demonstreerib küünte geellakkimist, selgitab oma tegevust demonstreerib geellaki eemaldamist küüneplaadilt naturaalselt küünt säästvalt, taastab murdunud küüned ja teeb sobivat järel hooldust, lähtudes kliendikesksest teenindusest, töötab 	Mitteeristav hindamine

	ergonoomiliste töövõtete järgides tööohutus- ja hügieeninõudeid, selgitab oma tegevust <ul style="list-style-type: none"> demonstreerib ülesande alusel teenindus situatsiooni lõpetamist, oma töövahendite puhastamist ning nõuetekohast säilitamist, selgitab oma tegevust 	
5. nõustab klienti küünte koduhoolduses arvestades näidustuste ja vastunäidustustega, järgib kliendikeskset teenindust	<ul style="list-style-type: none"> nõustab klienti küünte koduhoolduseks arvestades näidustuste ja vastunäidustustega, järgib kliendikeskset teenindust 	Mitteeristav hindamine
6. omab ülevaadet küünte kaunistamise kujunemisest ja tänapäeva kaunistustrendidest	<ul style="list-style-type: none"> otsib infot küünte kaunistamise kujunemise kohta, kasutades IKT vahendeid esitleb leitud infot pildikogumikuna sündmuste ajalises järjestuses 	Mitteeristav hindamine
7. teab küünte kaunistamisel kasutatavaid erinevaid tooteid ja nende koostist, erinevate pintslite- ja disaini abivahendite kasutamise viise	<ul style="list-style-type: none"> nimetab küünte kaunistamisel kasutatavaid tooteid, nimetab koostisained ja selgitab kasutamise võimalusi geellakkimisel teostab tööülesandest lähtuvalt küünekaunistused ühele või mitmele küünele 	Mitteeristav hindamine
8. valmistab tööks küüned ette ja kaunistab kasutades õigeid käeasendeid, erinevaid tooteid, küünte kaunistamise tehnikaid arvestades värvusõpetuse ja kompositsiooni alustega	<ul style="list-style-type: none"> selgitab ülesande põhjal erinevate värvitoonide ja kaunistusvahendite omavahelist sobitamist vastavalt kaunistuse spetsiifikale värvib ja kaunistab küüned vastavalt kliendi soovile 	Mitteeristav hindamine
9. töötab rakendades ergonoomilisi töövõtteid ning järgib töö-, keskkonnaohutuse ja hügieeninõudeid, klienditeeninduse head tava	<ul style="list-style-type: none"> järgib ergonoomilisi töövõtteid, tööohutuse- ja hügieeninõudeid 	Mitteeristav hindamine

Mooduli jagunemine

Maniküür ja pediküür geellakiga Auditorne õpe 32 Iseseisev õpe 26 Praktiline töö 124	Alateemad 1. Kүүnetehnikute tervis ja tööergonoomika 2. Ohutu töötamine keemiliste ainetega 3. Ultraviolettkiirgus ja LED lambid 4. Aparaaditöö maniküüris ja pediküüris 5. Varvaste ettevalmistamine geellakiks ja erinevate otsikute kasutamist tallal 6. Geellakkimine 7. Kүүnte kaunistuse materjalid 8. Kүүnte kaunistustehnikad	Seos õpiväljundiga teab küünte geellakkimisel kasutatavaid erinevaid tooteid, nende koostist ja tehnoloogiaid teab geellakkimise näidustusi ja vastunäidustusi ning arvestab nendega oma töös
--	--	--

	<p>9. Erinevate kaunistuste kombineerimine 10. Erinevate värvitoonide kombineerimine 11. Käuünte kaunistamine 12. Geellaki eemaldamine eemaldamine 13. Kliendi nõustamine, vajadusel nahaarsti konsultatsioonile suunamine</p>	<p>oskab kasutada aparaati maniküüri, pediküüri ja geellakkimise töödes teab geellakkimise ja eemaldamise erinevaid töövõtteid ja vahendeid ning rakendab neid praktilises töös nõustab klienti käuünte koduhoolduses arvestades näidustuste ja vastunäidustustega, järgib kliendikeskset teenindust omab ülevaadet käuünte kaunistamise kujunemisest ja tänapäeva kaunistustrendidest teab käuünte kaunistamisel kasutatavaid erinevaid tooteid ja nende koostist, erinevate pintslite- ja disaini abivahendite kasutamise viise valmistab tööks käuüned ette ja kaunistab kasutades õigeid käeasendeid, erinevaid tooteid, käuünte kaunistamise tehnikaid arvestades värvusõpetuse ja kompositsiooni alustega töötab rakendades ergonoomilisi töövõtteid ning järgib töö-, keskkonnaohutuse ja hügieeninõudeid, klienditeeninduse head tava</p>
--	--	---

Iseseisev töö	Koostada läbitud tehniliste võtete portfoolio (fotod töökäigust, materjalidest ja lõpptulemus). Tööd koondada erialasesse õpimappi.
Praktiline töö	Klientide teenindamine: maniküür geellakkimise ja küünte kaunistamisega, pediküür geellakiga, kliendi nõustamine
Hindamisülesanded	Õpimapp
Hindamine	Mitteeristav hindamine
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	<p>Õpilane on omandanud kõik õpiväljundid ja sooritanud hindelised tööd vähemalt lävendi tasemel</p> <p>Sooritatud on vähemalt 3 praktilist tööd geellaki ja küünte kaunistamisega. Praktiline töö on sooritatud lävendi tasemel, vastavalt esitatud kriteeriumitele.</p> <p>Hindamiskriteeriumid on tööde juhendmaterjalides õpilasele kättesaadavad</p> <p>Tehtud tööd on koondatud õpimappi, mis on vormistatud ja koostatud vastavalt esitatud nõuetele</p>
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ul style="list-style-type: none"> • komplekteerib vastavalt kliendi soovile vajalikud töövahendid, • nimetab geellakkimise näidustusi ja vastunäidustusi • nõustab klienti geellakkimisega seotud näidustustest ja vastunäidustustest, • otsib infot küünte kaunistamise kujunemise kohta, kasutades IKT vahendeid; • esitleb leitud infot pildikogumikuna sündmuste ajalises järjestuses,; • nimetab küünte kaunistamisel kasutatavaid tooteid, nimetab koostisained ja selgitab kasutamise võimalusi geellakkimisel • teostab tööülesandest lähtuvalt küünekaunistused ühele või mitmele küünele, • selgitab ülesande põhjal erinevate värvitoonide ja kaunistusvahendite omavahelist sobitamist vastavalt kaunistuse spetsiifikale • teostab geellakkimise ja kaunistab küüned vastavalt kliendi soovile • järgib ergonoomilisi töövõtteid, tööohutuse- ja hügieeninõudeid • demonstreerib geellaki eemaldamist küüneplaadilt naturaalselt küünt säästvalt, taastab murdunud küüned ja teeb sobivat järelhooldust, lähtudes kliendikesksest teenindusest, töötab ergonoomiliste töövõtetega järgides tööohutus- ja hügieeninõudeid, <p>selgitab oma tegevust</p> <ul style="list-style-type: none"> • demonstreerib ülesande alusel teenindus situatsiooni lõpetamist, oma töövahendite puhastamist ning nõuetekohast säilitamist, selgitab oma tegevust, • nõustab klienti küünte koduhoolduseks arvestades näidustuste ja vastunäidustustega, järgib kliendikeskset teenindust, • otsib täiendavat infot ja selgitab iseseivalt erinevate geellakkimise tehnoloogiate eripära, näidustusi ja vastunäidustusi • selgitab juhendile toetuvalt erinevate toodete kasutamise viise küünte katmisel • komplekteerib vastavalt kliendi soovile vajalikud töövahendid, • demonstreerib küüne ettevalmistamist aparaadiga ja geellaki paigaldamist • demonstreerib aparaadi kasutamist pediküüris, varvaste ettevalmistamist geellakiks ja erinevate otsikute kasutamist tallal, • kirjeldab geellakkimise ja eemaldamise erinevaid töövõtteid demonstratsiooni käigus • demonstreerib küünte ettevalmistamist geellakkimiseks • demonstreerib küünte geellakkimist, selgitab oma tegevust • demonstreerib geellaki eemaldamist küüneplaadilt naturaalselt küünt säästvalt, taastab murdunud küüned ja teeb sobivat järelhooldust, lähtudes kliendikesksest teenindusest, töötab ergonoomiliste töövõtetega järgides tööohutus- ja hügieeninõudeid,

	<p>selgitab oma tegevust</p> <ul style="list-style-type: none"> • demonstreerib ülesande alusel teenindus situatsiooni lõpetamist, oma töövahendite puhastamist ning nõuetekohast säilitamist, selgitab oma tegevust, • otsib infot küünte kaunistamise kujunemise kohta, kasutades IKT vahendeid • esitleb leitud infot pildikogumikuna sündmuste ajalises järjestuses, • selgitab ülesande põhjal erinevate värvitoonide ja kaunistusvahendite omavahelist sobitamist vastavalt kaunistuse spetsiifikale • värvib ja kaunistab küüned vastavalt kliendi soovile
--	--

Õppemeetodid	Arutus, iseseisev töö, rühmatöö, praktilised tööd, esitlused, loeng, videote vaatamine
Hindamismeetodid	Klienditeeninduslikud praktilised tööd: Geelküünte ehitamine. Küünte kaunistamine. Geel küünte hooldus Õpimapp
Lõimitud teemad	
Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine
Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine	Õpilane on omandanud kõik õpiväljundid vähemalt lävendi tasemel ja sooritanud kõik hindelised tööd vastavalt etteantud kriteeriumitele
sh lävend	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. teostab vähemalt 3 praktilist tööd teemadel “geelküünte ehitamine” ning “geelküüntehooldus” lävendi tasemel, vastavalt etteantud kriteeriumitele 2. teostab erinevaid küünte disaine klienditeenindussituatsioonis lävendi tasemel, vastavalt esitatud kriteeriumitele <p>Hindamiskriteeriumid on kirjeldatud tööde juhendmaterjalides. Tehtud tööd on koondatud õpimappi, mis on vormistatud ja koostatud vastavalt esitatud nõuetele</p>
Õppematerjalid	<ul style="list-style-type: none"> • Õpetaja poolt antavad materjalid • Angelova, T. Nail Art Techniques - How To Create Classic UV-Gel Nail Extensions That Last 4 Weeks? • Angelova, T. Modern Nail Shapes: How To Make Stiletto and Edge UV-Gel Nail ... • Almond, E. (1994). Manicure, Pedicure And Advanced Nail Techniques. • Botero, A. R., Halal, J. jt (2011). Milady Standard Nail Technology. • Bukin, D., Bukin, M., Bukina, O. (2009). A Complete Guide to Nail Art and Decorative Manicure. • Reali, V. (2012). Do It Yourself Acrylic Nails. • Levy, L. (2014). Spectacular Nail Art: A Step-by-Step Guide to 35 Gorgeous Designs. • Colada, N. (2016). A Beginner’s Nail Art Guide to Nail Stamping. • Rodgers, C. (2013). DIY Nail Art: Easy, Step-by-Step Instructions for 75 Creative Nail . • http://www.nailitmag.com/how-to/nail-art-tutorials (04.01.2021) • Levy, L. (2014). Spectacular Nail Art: A Step-by-Step Guide to 35 Gorgeous Designs. • Colada, N. (2016). A Beginner’s Nail Art Guide to Nail Stamping. • Rodgers, C. (2013). Nail Art: Easy, Step-by-Step Instructions for 75 Creative Nail. • http://www.nailitmag.com/how-to/nail-art-tutorials • https://bestartnails.com/page/2/ • https://www.youtube.com/watch?v=crEYicLbP_k

• <https://bodyartguru.com/types-nail-art-techniques/>

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
17	Näokuju modelleerimine	5	Karina Pajunurm, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Jumestuse mooduli läbimine		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane teab erinevaid näokujusid, oskab kasutada varjutus- ja rõhutusvärve, erinevaid jumestustooteid, -vahendeid ning teeb erijumestust, arvestab kliendi eripäraga ning järgib kliendikeskse teeninduse põhimõtteid.		
Auditoorne õpe		Iseseisev õpe	Praktiline töö
100 tundi		10 tundi	20 tundi

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. valmistab ette töökoha kliendi jumestamiseks lähtudes näokujust ja meigitüübist	<ul style="list-style-type: none"> analüüsib kliendi näokuju ja lähtuvalt sellest planeerib modelleerimise põhjendab toodete ja töövahendite valikuid etteantud olukorras 	Mitteeristav hindamine
2. tunneb ja kasutab erinevaid hajutamise tehnoloogiaid	<ul style="list-style-type: none"> nimetab piirkonnad näos, mida esile tõsta ja mida taandada, kontuurib erinevaid näokujusid demonstreerib varjutamise ja rõhutamise võimalusi ning valib vastavalt jumestusele modelleerimise tumedusastme ja tooted 	Mitteeristav hindamine
3. teab modelleerimise erisusi, olenevalt meigi tüübist kasutab modelleerimiseks nii rasvabaasil värve kui ka kuivvärvi	<ul style="list-style-type: none"> teostab erinevate eesmärkidega jumestustöid – lavameik, fotomeik, glamjumestus teostab erinevate eesmärkidega jumestustöid – eaka naise jumestamine, fantaasiameik 	Mitteeristav hindamine

Mooduli jagunemine		
Näokuju modelleerimine Auditoorne õpe 100 Iseseisev õpe 10 Praktiline töö 20	Alateemad 1.1. Uued trendid jumestaja põhivarustus, selle hooldamises, desinfitseerimises ja korrashoius 1.2. Korrigeeriv jumestus, nahavigade peitmine jumestuses 1.3. Näokujude analüüs, modelleerimise tehnikad ja näojoonte korrigeerimine 1.4. Erinevad näokujud ja nende korrigeerimise võimalused 1.5. Valguse varju teooria, selle ruumilisust tekitavad illusioonid 1.6. Meigi kopeerimine 1.7. Erimeigi tüübiga seotud töövahendid ja tooted 1.8. Kliendi nõustamine Kolme vabalt valitud kuulsuse näokuju analüüs	Seos õpiväljundiga valmistab ette töökoha kliendi jumestamiseks lähtudes näokujust ja meigitüübist tunneb ja kasutab erinevaid hajutamise tehnoloogiaid teab modelleerimise erisusi, olenevalt meigi tüübist kasutab modelleerimiseks nii

	<p>enda ja kaasõpilaste näokuju ning värvitüübi analüüs</p> <p>2.1. Hajutamise põhimõtted 2.2. Erivõtted hajutamisel 2.3. Erinevate näokujude kontuurimine ja “highlightimine” 2.4. Näokuju ja näo detailide vähendamine, suurendamine, tõstmine, langetamine, venitamine ja kokku surumine vastavalt soovitud eesmärgile. 2.5. Värvide oskuslik kasutamine, arvestades värvide heledus- ja tumedusastet, eesmärgiga luua modellerimiseks kontuurimiseks vajalikke illusioone 2.6. Distanti arvestamine illusioonide loomisel laval ja fotol. (mustvalge ja värviline foto) 2.7. Glam jumestus 2.8. Suitsusilm 2.9. Meeste jumestamine</p> <p>Nelja erineva tervikliku jumestuse loomine:</p> <p>1. Etteantud näokujude modelleerimine (kontuurimine) 2. Lavameigi teostamine 3. Fotomeigi teostamine (värviline ja mustvalge foto) 4. Glam jumestuse (glamuurse jumestuse) teostamine 5. Mehe jumestamine</p> <p>3.1. Eaka naise jumestus Eaga kaasnevad iseärasused näojoontes ja –nahal Eaka naha ettevalmistus jumestamiseks Meigipõhi ja modelleerimine Näonaha ja kortsude visuaalne tõstmine Silmajumestus prillikandjatele (+/- prillidele) Silmajumestus pealel angevatele laugudele Kulmujoone taastamine jumestamisega Huulekontuuri taastamine jumestamisega</p> <p>3.2. Rasva baasil värvi ja kuivvärvi erinevus. Kasutamise tehnoloogia. 3.3. Loomingulisuse arendamine - fantaasia jumestus 3.4. Loomingulised võtted ilumeikides, erksad värvid, lisandid 3.5. Ilumeikide stiliseerimine nt veepõhiste (Aquacolor) ja salvipõhiste (Supracolor) värvide abil 3.6. Keha- ja näomaalingu alused, airbrushi tehnikate kasutamine kehamaalingus. Tehnika ja eripärad 3.7. Töökavandi tegemine, jumestuse tegemine kavandi järgi</p>	<p>rasvabaasil värve kui ka kuivvärvi</p>
--	--	---

	Fantaasia jumestuse kavand	
	Kolme erineva tervikliku jumestuse loomine. 1: Näonaha tõstmine jumestusega 2: Anti-ageing jumestus, 55+ vanuses modellile 3. Fantaasiajumestuse teostamine vastavalt enda teostatud kavandile	
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hinnatavad ülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi tasemel	
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. analüüsib kliendi näokuju ja lähtuvalt sellest planeerib modelleerimise 2. põhjendab toodete ja töövahendite valikuid etteantud olukorras 3. nimetab piirkonnad näos, mida esile tõsta ja mida taandada, 3. kontuurib erinevaid näokujusid ideaali lähedaseks 4. teostab korrektse lavameigi, fotomeigi (värviline ja mustvalge foto) 5. teostab korrektse glam jumestuse kliendile 6. demonstreerib varjutamise ja rõhutamise võimalusi ning valib vastavalt jumestusele modelleerimise tumedusastme ja tooted 7. teostab korrektse näonaha tõstmise jumestuse, anti-ageing jumestuse ja fantaasiajumestuse vastavalt enda teostatud kavandile 	

Õppemeetodid	Praktiline töö, iseseisev töö, analüüs, arutlus
Hindamismeetodid	<p>Hindamismeetodid: praktiline töö, suuline esitus, analüüs</p> <p>Hindamisülesanded:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Teostada erinevate näokujude modelleerimist (kontuurimist ideaalse näokuju sarnaseks), teostada lavameik, fotomeik (värviline ja mustvalge foto) ja glam jumestuse kliendile 2. Teostada enda ja kaasõpilaste näokuju ning värvitüübi analüüs 3. Teostada näonaha tõstmine jumestus, anti-ageing jumestus ja fantaasiajumestus
Lõimitud teemad	
Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine
Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hinnatavad ülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi tasemel
sh lävend	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. analüüsib kliendi näokuju ja lähtuvalt sellest planeerib modelleerimise 2. põhjendab toodete ja töövahendite valikuid etteantud olukorras 3. nimetab piirkonnad näos, mida esile tõsta ja mida taandada, 3. kontuurib erinevaid näokujusid ideaali lähedaseks 4. teostab korrektse lavameigi, fotomeigi (värviline ja mustvalge foto) 5. teostab korrektse glam jumestuse kliendile

	6. demonstreerib varjutamise ja rõhutamise võimalusi ning valib vastavalt jumestusele modelleerimise tumedusastme ja tooted 7. teostab korrektse näonaha tõstmise jumestuse, anti-ageing jumestuse ja fantaasiajumestuse vastavalt enda teostatud kavandile
Õppematerjalid	Erialane kirjandus ja õppevideod

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
18	Rahatarkus	2	Hanna Kuldsaar-Sarv, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad.		
Mooduli eesmärk	Mooduli eesmärk on anda õpilasele teadmised ja oskused, mille põhjal teha kaalutletud finantsotsuseid enda elus.		
Auditoorne õpe	Iseseisev õpe	Praktiline töö	
20 tundi	12 tundi	20 tundi	

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. Mõistab rahalisi säästmise ja teenimise võimalusi, lähtudes iseenda eeldustest ja oskustest ning keskkonna toetavatest ja piiravatest teguritest.	<ul style="list-style-type: none"> - Oskab iseseisvalt leida rahaliste toetuste võimalusi oma kohalikust omavalitsusest. - Loetleb enda eesmärgid vastavalt SMART-süsteemile. - Analüüsib enda rahalist seisukorda, kaardistades enda kolme kuu tulud ja kulud, kohustused ja varad. - On teadlik (oma võimetele vastavalt) lisaraha teenimiste võimalustest. - On teadlik erinevate kindlustusliikide võimalustest ja kohustustest, sealhulgas võimeline valima endale sobivat pensionisammast. 	Mitteeristav hindamine
2. On teadlik erinevatest investeerimise ning laenamise võimalustest Eestis. Teab, mis maksukoormused erinevaid valikuid tehes tal tekivad ning oskab hinnata heategevuslikkuse sisu meie ühiskonnas.	<ul style="list-style-type: none"> - Valib enda vajadustest lähtuvalt parimat laenu või liisingu võimalust ning teab parimate tingimustega intresse. - Analüüsib investeerimisvahendite riske ja võimalusi, sh aktsiad, võlakirjad, hoiused, kinnisvara, krüptoraha. - Arutab investeringutega seonduvatest maksukohustustest Eestis. - Koostab endale sobiva heategevusliku väljundi. 	Mitteeristav hindamine

Mooduli jagunemine		
Lisaraha teenimine ja investeerimine Auditoorne õpe 6 Iseseisev õpe 6	Alateemad 1.Laenu, liisingud ja järelmaksud. 2.Investeerimise alused (aktsiad, hoiused, kinnisvara, krüptorahad). 3.Maksusüsteem.	Seos õpiväljundiga Mõistab rahalisi säästmise ja teenimise võimalusi, lähtudes iseenda eeldustest

Praktiline töö 14	4.Heategevus.	ja oskustest ning keskkonna toetavatest ja piiravatest teguritest.
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Mooduli hindamisel arvestatakse õpilase aktiivset osavõttu tundidest ning kirjalikud tööd peavad vastama kokkulepitud sisule	
sh hindekriteeriumid	“A” saamise tingimus: Osaleb vähemalt 50% tundides ja on esitanud iseseisvad tööd vastavalt juhiste.	
Rahaga toimetulek Auditoorne õpe 14 Iseseisev õpe 6 Praktiline töö 6	Alateemad 1.Rahaliste toetuste (toimetulek) võimalused. 2.Eesmärkide seadmine. 3.Rahalise turvalisuse saavutamine. 4.Pere rahaasjade planeerimine. Eelarve koostamine. 5.Raha säästmine, kulutamine, kasvatamine. 6.Lisaraha teenimise võimalused. 7.Kindlustused. 8.Pensioni planeerimine.	Seos õpiväljundiga On teadlik erinevatest investeerimise ning laenamise võimalustest Eestis. Teab, mis maksukoormused erinevaid valikuid tehes tal tekivad ning oskab hinnata heategevuslikkuse sisu meie ühiskonnas.
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Mooduli hindamisel arvestatakse õpilase aktiivset osavõttu tundidest ning kirjalikud tööd peavad vastama kokkulepitud sisule.	
sh hindekriteeriumid	“A” saamise tingimus: Osaleb vähemalt 50% tundides ja on esitanud iseseisvad tööd vastavalt juhiste.	

Õppemeetodid	Loeng, praktiline töö, arutelu, rühmatöö, videod, rahamängud, iseseisev töö, veebikalkulaatorid.
Hindamismeetodid	Rühmatöö, arutelu, iseseisev töö.
Lõimitud teemad	
Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine
Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine	Kolme kuu isiklik eelarve (esitatud exceli formaadis) koos analüüsiga. Rahatarkusega seonduva erialase kirjanduse lugemise kirjalik kokkuvõte.
sh lävend	“A” saamise tingimus: Õpilane osaleb vähemalt 50% tundides ja on esitanud iseseisvad tööd vastavalt juhiste.
Õppematerjalid	Finantsaabit: https://minuraha.ee/et/publikatsioonid/finantsaabit Finantsinspektsiooni tarbijaveeb: https://minuraha.ee/ Rahaasjade märkmik: file:///C:/Users/rein.volberg/Downloads/Rahaasjade_markmik_EE_veeb%20(6).pdf Tulude ja kulude kirjapanek: https://minuraha.ee/et/rahaasjade-planeerimine/tulude-kulude-kirjapanek Tarbi targalt: http://tarbijakaitse.newton.ee/ Pensionikeskus: https://www.pensionikeskus.ee/ https://rahafoorum.ee/

<https://kristiinvesteerib.ee/>

Harjutustestid — Eesti Pangaliit

Jaak Roosaare „Rikkaks saamise õpik“

Taavi Pertman „Alustava investori käsiraamat“

Kristi Saare „Kuidas alustada investeerimisega“

Kristjan Liivamägi, Tõnn Talpsepp, Tarvo Vaarmets „Rahaedu põhimõtted“

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
19	Vaimne tervis	1	Õnne Ennusaar, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad		
Mooduli eesmärk	Õppija omandab teadmised enamlevinud vaimse tervise häiretest, nendest tingitud käitumuslikest eripäradest, kuidas nendega toime tulla, mida arvestada ning mis soodustab vaimse tervise häireid ja läbipõlemist		
Auditoorne õpe			
26 tundi			

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. tunneb erinevaid psüühikahäireid ja sellest tulenevaid käitumuslike eripärasid, oskab valida kriisiolukordades sobivat kommunikatsioonivormi ning tulla toime kriisiolukordadega	<ul style="list-style-type: none"> • valdab iseenda ja teiste toetamise võtteid erinevates vaimse kriisi olukordades 	Mitteeristav hindamine
2. oskab toetada ja hoida nii iseenda kui ka kaaslaste (klientide) vaimset tervist	<ul style="list-style-type: none"> • valdab erinevaid strateegiaid ja meetodeid iseenda ja kaaslaste vaimse tervise toetamisel 	Mitteeristav hindamine

Mooduli jagunemine		
Vaimne tervis Auditoorne õpe 26	Alateemad Psüühikahäired, kuidas toime tulla ja millega arvestada: <ul style="list-style-type: none"> • psühhopaatoloogia • vaimset tervist mõjutavad tegurid • skisofreenia • isiksushäirete kesksed jooned • tundeeluhäired • tahteluhäired • instinktihäired(söömishäired) • depressioon • Läbipõlemise sündroom • paanikahäire • ärevushäire • foobsed häired • bipolaarne meeleoluhäire • obsessiivkompulsiivne häire • orgaanilised psüühikahäired 	Seos õpiväljundiga tunneb erinevaid psüühikahäireid ja sellest tulenevaid käitumuslike eripärasid, oskab valida kriisiolukordades sobivat kommunikatsioonivormi ning tulla toime kriisiolukordadega oskab toetada ja hoida nii iseenda kui ka kaaslaste (klientide) vaimset tervist

	<ul style="list-style-type: none"> • alkoholist ja narkootikumidest tingitud käitumishäired • ATH • autismspektri häired • erinevad strateegiad ja meetodid iseenda ja kaaslaste vaimse tervise toetamisel 	
Hindamisülesanded	1. kirjeldada juhtumianalüüsidele tuginedes sobivaid kommunikatsioonivorme ja iseenda ning teiste toetamise võtteid 2. analüüsida vaimse tervisega seotud videoid analüüs mõistmaks erinevaid strateegiaid ja meetodeid iseenda ja kaaslaste vaimse tervise toetamisel	
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi tasemel	
sh hindekriteeriumid	“A” saamise tingimus: Õppija: <ul style="list-style-type: none"> • valdab iseenda ja teiste toetamise võtteid erinevates vaimse kriisi olukordades • valdab erinevaid strateegiaid ja meetodeid iseenda ja kaaslaste vaimse tervise toetamisel 	

Õppemeetodid	loeng, arutelu, rühmatöö	
Hindamismeetodid	Hindamismeetodid: Arutlus, enesehindamine, juhtumianalüüsid, videote analüüs Hindamisülesanded: 1. kirjeldada juhtumianalüüsidele tuginedes sobivaid kommunikatsioonivorme ja iseenda ning teiste toetamise võtteid. 2. analüüsida vaimse tervisega seotud videoid mõistmaks erinevaid strateegiaid ja meetodeid iseenda ja kaaslaste vaimse tervise toetamisel	
Lõimitud teemad		
Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine	
Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine	Õppija: 1. kirjeldab juhtumianalüüsidele tuginedes sobivaid kommunikatsioonivorme ja iseenda ning teiste toetamise võtteid 2. analüüsib vaimse tervisega seotud videoid mõistmaks erinevaid strateegiaid ja meetodeid iseenda ja kaaslaste vaimse tervise toetamisel	
sh lävend	“A” saamise tingimus: Kõik hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi tasemel	
Õppematerjalid	Loengumaterjalid Soovitav kirjandus: Goleman, D. (2000) Emotsionaalne intelligentsus. Tartu, Väike Vanker Lewis, P. (2001) Kuidas juhtida oma emotsioone. Tallinn, Sinisukk Lehtsaar, T. (2008) Suhtlemiskonflikti psühholoogia. Tartu: TÜ kirjastus Psühhosotsiaalsed ohutegurid https://www.toelu.ee/et/67/psuhhosotsiaalsed-ohutegurid	

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
20	Erialane soome keel	3	Ly Kukk, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane tuleb toime igapäevases argisuhtluses ja tüüpilistes töösituatsioonides soome keeles tasemel A2		
Auditoorne õpe	Iseseisev õpe	Praktiline töö	
16 tundi	30 tundi	32 tundi	

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. suhtleb igapäevases argisuhtluses kliendiga kasutades lihtsamaid soomekeelseid põhiväljendeid	<ul style="list-style-type: none"> • suhtleb iseseisvalt tuttavas olukorras, kasutades soomekeelset põhisonavara • tutvustab vestlusel iseennast ja oma eriala soome keeles • kasutab suhtlemisel olulisemaid viisakusväljendeid 	Mitteeristav hindamine
2. selgitab välja kliendi soovi, rakendades sobivat keelekasutust, hoiakuid ja lugupidavat kultuurilist suhtumist soome keeles	<ul style="list-style-type: none"> • alustab vestlust soome keeles, järgides klienditeeninduse põhimõtteid ja kasutades lause põhimalle ning meelde jäetud fraase • esitab teeninduse protsessis kliendile lihtsaid küsimusi soome keeles, järgides klienditeeninduse põhimõtteid 	Mitteeristav hindamine
3. kasutab iseseisvalt soomekeelset iluteenustega seotud põhisonavara ja nõustab klienti teenuste ja toodete valikul	<ul style="list-style-type: none"> • nimetab soome keeles iluteenused ja nende teenustega seotud tooteid 	Mitteeristav hindamine
4. arveldab kliendiga ja lõpetab positiivselt kliendikontakti	<ul style="list-style-type: none"> • suhtleb iseseisvalt tuttavas olukorras, kasutades soomekeelset põhisonavara • tutvustab vestlusel iseennast ja oma eriala soome keeles • kasutab suhtlemisel olulisemaid viisakusväljendeid • alustab vestlust soome keeles, järgides klienditeeninduse põhimõtteid ja kasutades lause põhimalle ning meelde jäetud fraase • esitab teeninduse protsessis kliendile lihtsaid küsimusi soome keeles, järgides klienditeeninduse 	Mitteeristav hindamine

	<p>põhimõtteid</p> <ul style="list-style-type: none"> • nimetab soome keeles iluteenused ja nende teenustega seotud tooteid • nimetab arve summa, kasutades viisakusväljendeid soome keeles • lõpetab positiivselt kliendikontakti lihtsas soome keeles, järgides klienditeeninduse põhimõtteid 	
--	--	--

Mooduli jagunemine

<p>Erialane soome keel</p> <p>Auditoorne õpe 16 Iseseisev õpe 30 Praktiline töö 32</p>	<p>Alateemad</p> <p>1. Häälamine, põhireeglid ja tähestik Numbrid, viisakusväljendid, küsimuste moodustamine. Esitlemine, enda tutvustus. Ajaväljendid. Grammatika põhialused (pööramine, käänamine) Eksitussõnastiku sagedasemad, teeninduse valdkonnaga seotud näited</p> <p>Lausete koostamine, jutustamine Harjutab erinevates (töö)situatsioonides esitlemist</p> <p>2. Ülevaade Soome üldisest teeninduskultuurist Viisakusväljendite kasutamine teeninduse situatsioonis Teenuste ja toodete nimetused soome keeles</p> <p>Tutvub interneti keskkonnas erinevate Soome ilusalongide kodulehekülgedega ja kirjeldab neist ühte Lahendab tüüpilisi kliendisituatsioone rollimängus</p> <p>3. Iluteenused ja nende teenustega seotud tooted</p> <p>Tutvub interneti keskkonnas erinevate Soome ilusalongide kodulehekülgedega ja kirjeldab neist ühte Lahendab tüüpilisi kliendisituatsioone rollimängus</p> <p>4. Arveldamisega seotud sõnavara Kliendikontakti lõpetamine</p>	<p>Seos õpiväljundiga suhtleb igapäevases argisuhtluses kliendiga kasutades lihtsamaid soomekeelseid põhiväljendeid selgitab välja kliendi soovi, rakendades sobivat keelekasutust, hoiakuid ja lugupidavat kultuurilist suhtumist soome keeles kasutab iseseisvalt soomekeelset iluteenustega seotud põhisõnavara ja nõustab klienti teenuste ja toodete valikul arveldab kliendiga ja lõpetab positiivselt kliendikontakti</p>
---	--	---

	Tutvub interneti keskkonnas erinevate Soome ilusalongide kodulehekülgedega ja kirjeldab neist ühte Lahendab tüüpilisi kliendisituatsioone rollimängus	
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi taseme	
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. suhtleb iseseisvalt tuttavas olukorras, kasutades soomekeelset põhisõnavara 2. tutvustab vestlusel iseennast ja oma eriala soome keeles kasutades viisakusväljendeid 3. suhtleb kliendiga kasutades selgeksõpitud põhiväljendeid ja lausemalle 4. tutvustab iluteenuseid ja tooteid soome keeles, järgides klienditeeninduse põhimõtteid, kasutades lause põhimalle ning meelde jäetud fraase 5. arveldab kliendiga soome keeles nimetades arve summa ning kasutades viisakusväljendeid 6. lõpetab positiivselt kliendikontakti lihtsas soome keeles, järgides klienditeeninduse põhimõtteid 	

Õppemeetodid	Harjutused paaristööna, rollimäng, suuline esitus
Hindamismeetodid	<p>Hindamismeetodid: suuline esitus</p> <p>Hindamisülesanded:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Etendada dialoog etteantud teemal 2. Tutvustada iseennast ja oma eriala 3. Lahendada tüüpilisi kliendisituatsioone rollimängus
Lõimitud teemad	
Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine
Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hindamisülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi tasemel
sh lävend	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. suhtleb iseseisvalt tuttavas olukorras, kasutades soomekeelset põhisõnavara 2. tutvustab vestlusel iseennast ja oma eriala soome keeles kasutades viisakusväljendeid 3. suhtleb kliendiga kasutades selgeksõpitud põhiväljendeid ja lausemalle 4. tutvustab iluteenuseid ja tooteid soome keeles, järgides klienditeeninduse põhimõtteid, kasutades lause põhimalle ning meeldejäetud fraase 5. arveldab kliendiga soome keeles nimetades arve summa ning kasutades viisakusväljendeid 6. lõpetab positiivselt kliendikontakti lihtsas soome keeles, järgides klienditeeninduse põhimõtteid
Õppematerjalid	<ol style="list-style-type: none"> 1. Heikkilä, S., Majakangas, P. (2002). Hyvin menee!: Suomea aikuisille. Helsinki: Otava. 2. Kenttälä, M. (2011). Kieli käyttöön: suomen kielen alkeisoppikirja. Helsinki: Gaudeamus. 3. Kuusk, M. (2013). Suomi selväksi: soome keele õpik. Tallinn: Pakett.

- | | |
|--|--|
| | <ol style="list-style-type: none">4. Sark, K. (2009). Hyvä - parempi - paras: soome keele õppekomplekt algajaile. Tallinn: Iduleht.5. Soome-Eesti-Soome sõnaraamatud. |
|--|--|

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
21	Tervist edendava elu- ja tööstiili kujundamine	6	Hiie Põldma, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Puuduvad		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane omandab teadliku hoiaku oma tervise hoidmise vajadusse, suhtub töö eripärast tulenevatesse terviseriskidesse ennetavalt, tegeleb kehaliste aktiivtegevustega ja kujundab oma tervist säästva toitumisstiili		
Auditoorne õpe		Iseseisev õpe	Praktiline töö
45 tundi		36 tundi	75 tundi

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. mõistab aktiivsete kehaliste tegevuste, tervislike eluviiside olemust ja tähtsust	<ul style="list-style-type: none"> • selgitab juhendi alusel tervislike eluviiside üldpõhimõtteid 	Mitteeristav hindamine
2. tunneb kosmeetikutöö eripärast tulenevaid terviseriske ja planeerib ennetava aktiivse tegevuse	<ul style="list-style-type: none"> • analüüsib enda kehaliste tegevuste asjakohasust ja vajadusi lähtudes oma eluviisist ja töö eripärast • koostab sobiva igapäevase võimlemise kava, arvestades kosmeetiku töö eripärast tulenevaid riske lihasgruppidele • demonstreerib erinevaid harjutusi ja selgitab nende mõju inimese erinevatele lihasgruppidele ja organismile tervikuna 	Mitteeristav hindamine
3. mõistab tervisliku toitumise olemust ja seost oma elustiiliga oma tervise hoidmisel ja töövõime tagamisel	<ul style="list-style-type: none"> • selgitab toitumispüramiidi alusel tervisliku toitumise olemust ja seostab põhimõtted isikliku toitumis- ja elustiiliga tuues välja võimalikud riskid • leiab internetist tasakaalustatud toitumisest erinevaid lähenemisi (vähemalt 3) ja toob välja riskitegurid • koostab ülevaate toitumishäiretest ja tuua välja riskirühmad • kirjeldab toitumise valmistamiseks sobilikke külma ja kuumtöötlemise meetodeid 	Mitteeristav hindamine
4. valmistab juhendi järgi lihtsamaid toite tasakaalustatud toitumispõhimõtete kinnistamiseks	<ul style="list-style-type: none"> • valmistab juhendi järgi hommiku-, lõuna- ja õhtusöögi • koostab isikliku tasakaalustatud toitumisel põhineva retseptiraamatu 	Mitteeristav hindamine

Mooduli jagunemine

<p>Jooga</p> <p>Auditoorne õpe 10 Iseseisev õpe 3</p>	<p>Alateemad</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tervislikud eluviisid 2. Kosmeetikutöö kutsehaigused 3. Püstitasendi ja sundasendite (jäme- ja peenmootorika) riskid lihasgruppidele ja selle ennetamine 4. Praktiline kutsehaigusi ennetav tervisevõimlemine töökohal <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist.</p> <p>1. Kollaaži koostamine ja esitlemine: Koostada juhendi alusel ülevaade tervislike eluviiside olemusest ja üldpõhimõtetest. Selgitada kosmeetikutöö spetsiifikast tulenevaid negatiivseid mõjusid erinevatele lihasgruppidele ja ennetamise viise</p> <p>2. Demonstratsioon: Koostada erialase töö spetsiifikast tulenevalt harjutusprogramm ja selgitada selle mõju tööst tulenevatele ohustatud lihasgruppidele ja organismile tervikuna</p> <p>4. Praktiline kutsehaigusi ennetav tervisevõimlemine töökohal Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist.</p> <p>Koostada kirjeldus: Isiklikud eluviisid ja terviseriskid (liikumine, puhkus, toitumine) koos aktiivtegevuse ja toitumisplaaniga. Koostada isiklik retseptiraamat Demonstreerib erinevaid harjutusi ja selgitab nende mõju inimese erinevatele lihasgruppidele ja organismile tervikuna</p>	<p>Seos õpiväljundiga</p> <p>mõistab aktiivsete kehaliste tegevuste, tervislike eluviiside olemust ja tähtsust tunneb kosmeetikutöö eripärast tulenevaid terviseriske ja planeerib ennetava aktiivse tegevuse</p>
<p>Hindamine</p>	<p>Mitteeristav hindamine</p>	
<p>sh kokkuvõtva hinde kujunemine</p>	<p>Kõik hinnatavad ülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi kohaselt</p>	
<p>sh hindekriteeriumid</p>	<p>“A” saamise tingimus: 1. selgitab juhendi alusel tervislike eluviiside üldpõhimõtteid 2. analüüsib enda kehaliste tegevuste asjakohasust ja vajadusi lähtudes oma eluviisist ja töö eripärast 3. koostab sobiva igapäevase võimlemise kava, arvestades juuksuritöö eripärast tulenevaid riske lihasgruppidele 4. demonstreerib erinevaid harjutusi ja selgitab nende mõju inimese erinevatele lihasgruppidele ja organismile tervikuna</p>	
<p>Liikumine</p> <p>Auditoorne õpe 10 Iseseisev õpe 8 Praktiline töö 20</p>	<p>Alateemad</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tervislikud eluviisid 2. Kosmeetikutöö kutsehaigused 3. Püstitasendi ja sundasendite (jäme- ja peenmootorika) riskid lihasgruppidele ja selle ennetamine 4. Praktiline kutsehaigusi ennetav tervisevõimlemine töökohal 	<p>Seos õpiväljundiga</p> <p>mõistab aktiivsete kehaliste tegevuste, tervislike eluviiside olemust ja tähtsust tunneb kosmeetikutöö</p>

	<p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist.</p> <p>1. Kollaaži koostamine ja esitlemine: Koostada juhendi alusel ülevaade tervislike eluviiside olemusest ja üldpõhimõtetest. Selgitada kosmeetikutöö spetsiifikast tulenevaid negatiivseid mõjusid erinevatele lihasgruppidele ja ennetamise viise</p> <p>2. Demonstratsioon: Koostada erialase töö spetsiifikast tulenevalt harjutusprogramm ja selgitada selle mõju tööst tulenevatele ohustatud lihasgruppidele ja organismile tervikuna</p> <p>4. Praktiline kutsehaigusi ennetav tervisevõimlemine töökohal Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist.</p> <p>Koostada kirjeldus: Isiklikud eluviisid ja terviseriskid (liikumine, puhkus, toitumine) koos aktiivtegevuse ja toitumisplaaniga. Koostada isiklik retseptiraamat Demonstreerib erinevaid harjutusi ja selgitab nende mõju inimese erinevatele lihasgruppidele ja organismile tervikuna</p>	eripärast tulenevaid terviseriske ja planeerib ennetava aktiivse tegevuse
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hinnatavad ülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi kohaselt	
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: 1. selgitab juhendi alusel tervislike eluviiside üldpõhimõtteid</p> <p>2. analüüsib enda kehaliste tegevuste asjakohasust ja vajadusi lähtudes oma eluviisist ja töö eripärast</p> <p>3. koostab sobiva igapäevase võimlemise kava, arvestades juuksuritöö eripärast tulenevaid riske lihasgruppidele</p> <p>4. demonstreerib erinevaid harjutusi ja selgitab nende mõju inimese erinevatele lihasgruppidele ja organismile tervikuna</p>	
Teenindus Praktiline töö 6	<p>Alateemad</p> <p>1. Laua katmine</p> <p>2. Teenindamine</p>	Seos õpiväljundiga valmistab juhendi järgi lihtsamaid toite tasakaalustatud toitumispõhimõtete kinnistamiseks
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hinnatavad ülesanded on sooritatud lävendite kohaselt	
sh hindekriteeriumid	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <p>1. vaatab õppevideot lauakatmise kohta ja üritab koduste vahenditega seda järgi teha</p> <p>2. loeb läbi tekst “RESTORANIPÄEV” jäta põhiline meelde.</p> <p>3. vaatab õppevideot teenindamise kohta ja vastab küsimustele</p>	

<p>Tervislik toitumine Auditoorne õpe 25 Iseseisev õpe 25 Praktiline töö 49</p>	<p>Alateemad 5. Tervislik toitumine Toitumispüramiid. Tasakaalustatud toitumise põhimõtted ja toitumisuuringud. Toitumishäired, riskigrupid</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist. Kirjalik töö: leiab internetist tasakaalustatud toitumisest erinevaid lähenemisi (vähemalt 3) ja toob välja riskitegurid Rühmatöö esitlused: Selgitada toitumispüramiidi alusel tasakaalustatud toitumise põhimõtteid ning internetist otsitud erinevaid lähenemisi, tuues välja riskitegurid. Koostada ülevaade toitumishäiretest ja tuua välja riskirühmad</p> <p>6. Praktilised tööd õppekõrgis</p> <p>Erialase kirjanduse ja loengumaterjali läbitöötamine, täiendav infootsing internetist. Praktilised tööd õppekõrgis - valmistab juhendi järgi hommiku-, lõuna- ja õhtusöögi Kirjalik töö: koostab isikliku tasakaalustatud toitumisel põhineva retseptiraamatu</p>	<p>Seos õpiväljundiga mõistab tervisliku toitumise olemust ja seost oma elustiiliga oma tervise hoidmisel ja töövõime tagamisel valmistab juhendi järgi lihtsamaid toite tasakaalustatud toitumispõhimõtete kinnistamiseks</p>
<p>Hindamine</p>	<p>Mitteeristav hindamine</p>	
<p>sh kokkuvõtva hinde kujunemine</p>	<p>Kõik hinnatavad ülesanded on sooritatud lävendi tasemel</p>	
<p>sh hindekriteeriumid</p>	<p>“A” saamise tingimus: Õppija: 1. selgitab toitumispüramiidi alusel tervisliku toitumise olemust ja seostab põhimõtted isikliku toitumise- ja elustiiliga tuues välja võimalikud riskid 2. leiab internetist tasakaalustatud toitumisest erinevaid lähenemisi (vähemalt 3) ja toob välja riskitegurid 3. koostab ülevaate toitumishäiretest ja tuua välja riskirühmad 4. kirjeldab toitude valmistamiseks sobilikke külm- ja kuumtöötlemise meetodeid 5. valmistab juhendi järgi hommiku-, lõuna- ja õhtusöögi 6. koostab isikliku tasakaalustatud toitumisel põhineva retseptiraamatu</p>	
<p>Õppemeetodid</p>	<p>Miniloeng, füüsiline treening, individuaalne harjutamine, treeningvideote kasutamine, praktiline töö, materjali kogumine ja süstematiseerimine</p>	
<p>Hindamismeetodid</p>	<p>Hindamismeetodid: praktiline töö, suuline esitus, ülesanne/harjutus, rühmatöö Hindamisülesanded: 1. Praktilised tööd õppekõrgis - valmistada juhendi järgi hommiku-, lõuna- ja õhtusöök 2. Kirjalik töö: leida internetist tasakaalustatud toitumisest erinevaid lähenemisi (vähemalt 3) ja tuua välja riskitegurid 3. Rühmatöö esitlused: selgitada toitumispüramiidi alusel tasakaalustatud toitumise põhimõtteid ning internetist otsitud</p>	

	<p>erinevaid lähenemisi, tuues välja riskitegurid</p> <p>4. Koostada ülevaade toitumishäiretest ja tuua välja riskirühmad</p> <p>5. Demonstreerida erinevaid harjutusi ja selgitada nende mõju inimese erinevatele lihasgruppidele ja organismile tervikuna</p> <p>6. Koostada juhendi alusel ülevaade tervislike eluviiside olemusest ja üldpõhimõtetest. Selgitada kosmeetikutöö spetsiifikast tulenevaid negatiivseid mõjusid erinevatele lihasgruppidele ja ennetamise viise</p> <p>7. Koostada erialase töö spetsiifikast tulenevalt harjutusprogramm ja selgitada selle mõju tööst tulenevatele ohustatud lihasgruppidele ja organismile tervikuna</p>
Lõimitud teemad	
Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine
Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine	Kõik hinnatavad ülesanded ja iseseisvad tööd on sooritatud lävendi kohaselt
sh lävend	<p>“A” saamise tingimus: Õppija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. selgitab juhendi alusel tervislike eluviiside üldpõhimõtteid 2. analüüsib enda kehaliste tegevuste asjakohasust ja vajadusi lähtudes oma eluviisist ja töö eripärast 3. koostab sobiva igapäevase võimlemise kava, arvestades juuksuritöö eripärast tulenevaid riske lihasgruppidele 4. demonstreerib erinevaid harjutusi ja selgitab nende mõju inimese erinevatele lihasgruppidele ja organismile tervikuna 5. selgitab toitumispüramiidi alusel tervisliku toitumise olemust ja seostab põhimõtted isikliku toitmis- ja elustiiliga tuues välja võimalikud riskid 6. leiab internetist tasakaalustatud toitumisest erinevaid lähenemisi (vähemalt 3) ja toob välja riskitegurid 7. koostab ülevaade toitumishäiretest ja tuua välja riskirühmad 8. kirjeldab toitumise valmistamiseks sobilikke külm- ja kuumtöötlemise meetodeid 9. valmistab juhendi järgi hommiku-, lõuna- ja õhtusöögi 10. koostab isikliku tasakaalustatud toitumisel põhineva retseptiraamatu
Õppematerjalid	<p>Lingid:</p> <p>http://www.who.int/ageing/active_ageing/en/</p> <p>http://www.hariduskeskus.ee/opiobjektid/toitumisopetus/?Avaleht</p> <p>http://Valgamaa.kok.ee/oppe/2010_toitumine_haiguste_ajal/tervislik_toitumine.html http://eope.ehte.ee/toitlustus/?Avaleht</p>

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
22	Erialane lõpueksam	0	Ruth Ilves, Ruth ILves
Nõuded mooduli alustamiseks	Läbitud on kõik põhi- ja valikõpingute moodulid		
Mooduli eesmärk	Õppija tõendab, et on omandanud eriala õpiväljundid lävendi tasemel		

Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid	Hindamine
1. teenindab ilusalongis klienti tema välimuse parendamiseks, arvestades tema soove ja isikupära, vajadusi ja võimalusi ning on teenindades salliv ja tolerantne, vastutab oma töö lõpptulemuse eest	ARVESTATUD	Mitteeristav hindamine
2. töötab erinevatel vooluliikidel põhinevate seadmetega, kasutab erinevaid töö- ja hooldusvahendeid, arvestab tööohutuse-, hügieeni ja keskkonnanõuetega ning rakendab tervist säästvaid ergonoomilisi töövõtteid	ARVESTATUD	Mitteeristav hindamine
3. teenindab klienti kliendikeskse teeninduse põhimõtteid järgides tagades sellega konfidentsiaalsuse ja organisatsiooni maine hoidmise	ARVESTATUD	Mitteeristav hindamine

Mooduli jagunemine

Erialane lõpueksam	Alateemad	Seos õpiväljundiga
Auditoorne õpe 0 Iseseisev õpe 0 Praktika 0		
Hindamine	Mitteeristav hindamine	
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	-	
sh hindekriteeriumid	“A” saamise tingimus: Lõpueksami teoreetiline ja praktiline osa on sooritatud ettenähtud aja ning nõuete kohaselt	

Õppemeetodid	
Hindamismeetodid	
Lõimitud teemad	
Mooduli hindamine	Mitteeristav hindamine
Mooduli kokkuvõtva	-

hinde kujunemine	
sh lävend	“A” saamise tingimus: Lõpueksami teoreetiline ja praktiline osa on sooritatud ettenähtud aja ning nõuete kohaselt
Õppematerjalid	

Saavutatavad kompetentsid

Kompetentsi nimetus kutsestandardis	Eriala õppekava moodulid									
	Ettevõtlusõpe	Sissejuhatus kutseõpingutesse	Kutsealane liikumine	Õpitee ja töö muutuv keskkonnas	Kosmeetiku alusõpe	Maniküür ja pediküürgeellakiga	Anatoomia, füsioloogia ja patoloogia	Näokuju modelleerimine	Kosmeetiline keemia	Rahatarkus
Kosmeetik, tase 5 kutset läbiv kompetents		X		X	X		X		X	
Näo- ja kehakarvade eemaldamine vaha või suhkrupasta meetodil										
Jumestamine										
Näohooldus										
Klienditeenindus										
Kehahooldus										
Töökoha ja enda ettevalmistamine										
Käte ja jalgade hooldus										
Ettevõtlus										

Kompetentsi nimetus kutsestandardis	Eriala õppekava moodulid									
	Näohooldus	Vaimne tervis	Eriala soome keel	Käte- ja jalgade hooldus	Kehahooldus	Tervist edendava elu- ja tööstiili kujundamine	Jumestamine	Juhendamine	Eriala inglise keel	Praktiline klienditeenindus
Kosmeetik, tase 5 kutset								X	X	

Kompetentsi nimetus kutsestandardis	Eriala õppekava moodulid									
	Näohooldu s	Vaimne tervis	Erialane soome keel	Käte- ja jalgade hooldus	Kehahoold us	Tervist edendava elu- ja tööstiili kujundami ne	Jumestami ne	Juhendami ne	Erialane inglise keel	Praktiline klienditeen indus
läbiv kompetents										
Näo- ja kehakarvade eemaldamine vaha või suhkrupasta meetodil	X				X					X
Jumestamine							X			
Näohooldus	X									X
Klienditeenindus	X			X	X					X
Kehahooldus					X					X
Töökoha ja enda ettevalmistamine	X			X	X		X			X
Käte ja jalgade hooldus				X						X
Ettevõtlus										

Kompetentsi nimetus kutsestandardis	Eriala õppekava moodulid	
	Praktika	Erialane lõpueksam
Kosmeetik, tase 5 kutset läbiv kompetents	X	
Näo- ja kehakarvade eemaldamine vaha või suhkrupasta meetodil	X	

Kompetentsi nimetus kutsestandardis	Eriala õppekava moodulid	
	Praktika	Erialane lõpueksam
Jumestamine	X	
Näohooldus	X	
Klienditeenindus	X	
Kehahooldus	X	
Töökoha ja enda ettevalmistamine	X	
Käte ja jalgade hooldus	X	
Ettevõtlus	X	