“

Õppekava

|  |  |
| --- | --- |
| Õppekava nimetus | **Loodustoodete valmistamine isetervendajatele** |
| Õppe eesmärk | Õppe eesmärk on omandada baasteadmised loodustoodete valmistamisest ja nende kasutamiseks oma pere tervise hoidmiseks |
| Õppeaja kestus | 5 kuud |
| Õppesuund | Tervis |
| Õppekavarühm | Traditsiooniline ning täiendav meditsiin ning teraapia |
| Õpingute alustamise tingimused | Õppima asujal peab olema omandatud vähemalt kutse-või keskharidus. Õppija võetakse kooli vastu sooviavalduse alusel. |
| Õppekeel | Eesti keel |
| Õppekava maht | Kogumaht 50 ah: Auditoorne töö 8 ah, praktiline tegevus 32 h, iseseisev töö 10 ah |
| Õppevorm | Auditoorne loeng ja praktika |
| Väljastatavad dokumendid | Õpiväljundid omandanud ning hindamise läbinud õppijale väljastatakse tunnistus. Hindamisel mitteosalenud või hindamist mitteläbinud õppijale väljastatakse tõend koolitusel osalemise ja läbitud teemade kohta |
| Õpingute lõpetamise nõuded | Lõpetaja on läbinud tunniplaanis ettenähtud õppepäevad ja valmistanud iseseisva tööna oma loodustoote esitluse |
| Hindamine | Hindamismeetod: Õppija läbib eksami teemal: Minu loodustoode  Hindamiskriteerium: Õppija esitleb ja kaitseb oma eksamitööd. Esitletavas töös on kasutatud omandatud taime-ja loodusteadmisi ning idee on jätkusuutlik ja konkurentsivõimeline vähemalt 80 % ulatuses |
| Õppekava läbimise korral omandatavad teadmised ja oskused, õpiväljundid | Lõpetaja   * Valmistab õpitud teadmisi jälgides loodustooteid * Oskab kasutada õpitud teadmisi jälgides loodutooteid |
| Nõuded õpperuumide | Õpperuumide tingimused: hästi valgustatud, hea ventilatsioon, toolid, pabertahvel, toatemperatuur, praktikaks puhas looduskeskkond. Õppijate arve ühes grupis on maksimaalselt 15 inimest |
| Õppevahendid | Elektrooniliselt saadetud õppematerjal, praktikas kasutatav tooraine ja taara sisalduvad koolituse hinnas |
| Nõuded õppejõududele | Koolitust viivad läbi spetsialistid, kes sihipäraselt loodud õpisituatsioonis toetavad täiskasvanud inimeste õppimist ja enesearendust.  Koolitajad omavad haridust, teadmisi, oskusi või kogemusi vastavalt oma koolitusalale: ravimtaimede kasutamine, herbaatika, loodusteraaapia, ettevõtlus |
| Õppematerjalid | Õppematerjalid saadetakse õppijale peale vastavat teemakursust elektroonilisel teel. Õppematerjalid koosnevad autoritöödest-ja kirjandusest, temaatilistest uuringutest, slaidi ja pildimaterjalist.  Soovituslik kirjandus:  V. Raipala-Cormier - Loomulikult ilus  I. Karjus-Herbaatika käsiraamat 1. ja 2.osa,  M. Wenzel - Parimad ravimtaimeretseptid kogu pere heaks  I. Karjus - Taimekosmeetika  A.Paju - Mestis taimede väega  G.Heepen - Keskaegsed ravitarkused. Püha Hildegardi pärand  S.Tourles - Looduslik kehahooldus  P.Ahnert - Mesilasvaha alkeemia  Odamees OÜ - Taimed tohtriks  Odamees OÜ - Ravitinktuurid, salvid, tõmmised, palsamid |

Õppekava sisu kirjeldus, õppemeetodid ja koolitaja

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Loodustoodete valmistamine  Õppemeetod: loeng  4 ah | Loodustoodete tootegrupid ja valmistamise teooria, erinevad võimalused ja kombinatsioonid, loodustoodete kasutamine oma tervise hoidmiseks | Irje Karjus  Humanitaarteaduste magister, 20 aastat ettevõtlus ja koolituspraktikat  Siiri Kuusmann  Loodustoodete valmistamise praktik, herbaatik |
| Salvide valmistamine  Õppemeetod: praktika 4 ah | Salvide praktiline valmistamine | Siiri Kuusmann  Loodustoodete valmistamise praktik, herbaatik |
| Kreemide valmistamine  Praktika 4 ah | Kreemide praktiline valmistamine  . | Siiri Kuusmann |
| Deodorandi valmistamine  Õppemeetod: praktika 4 ah | Naturaalse deodorandi praktiline valmistamine | Siiri Kuusmann |
| Huulevõide ja lõhnatooside valmistamine  Õppemeetod: praktika 4 ah | Huulevõiete ja lõhnatooside praktiline valmistamine | Siiri Kuusmann |
| Kehakoorija valmistamine  Õppemeetod: praktika 4 ah | Kehakoorija praktiline valmistamine | Siiri Kuusmann |
| Mikstuuride valmistamine  Õppemeetod: praktika 4 ah | Mikstuuride praktiline valmistamine-näoveed, tervisetilgad | Siiri Kuusmann |
| Maskisegude ja kompresside valmistamine  Õppemeetod:  Praktika 4 ah | Naturaalsete taimemaskide ja kompresside valmistamine | Siiri Kuusmann |
| Koolituse kokkuvõte ja saadud teadmiste arutelu  Oma loodustoote või tootearendusidee esitlus  Õppemeetod: esitlus ja tagasiside  4 ah | Koolituse kokkuvõte ja tulemuslikkuse hindamine  Oma loodustoote või tootearendustöö esitlus | Siiri Kuusmann  Irje Karjus |
| Iseseisev töö  10 ah | Kirjandusliku materjali läbitöötamine |  |

11.05.2022

Allkiri: Irje Karjus. digiallkirjastatud