



(*Neformaliojo suaugusiųjų švietimo programos forma*)

NEFORMALIOJO SUAUGUSIŲJŲ ŠVIETIMO PROGRAMA

Masažas vaikų laikysenos gerinimui

(programos pavadinimas)

2023-03-09

(programos parengimo data)

PROGRAMOS APRAŠAS	
1. Bendrosios nuostatos	
1.1. Programos aktualumas	<i>Laikysena pradeda formuotis vaikystėje ir susiformuoja augimo pabaigoje. Vaikų sveikatos profilaktinių patikrinimų duomenys rodo, kad kasmet nustatoma vis daugiau moksleivių, turinčių laikysenos sutrikimų. Teigiama, kad taisyklinga laikysena yra svarbus veiksnys, darantis įtaką gerai skeleto raumenų sistemos būklei. Nustatyta, kad esant kojų deformacijoms, pradėjus masažą ankstyvoje vaikystėje, galima ištaisyti arba sumažinti šį defektą. Teigiama, kad masažas padeda koreguoti ir stuburo laikysenos pakitimus.</i>
1.2. Tikslas ir uždaviniai	<i>Tikslas – paruošti teorinių ir praktinių žinių turintį asmenį, gebantį kokybiškai atlikti masažą vaikų laikysenos gerinimui. Uždaviniai:</i> <ul style="list-style-type: none">• <i>Supažindinti su masažuotojo profesija, masažo rūšimis, atsiradimu ir atlikimo būdais;</i>• <i>Suteikti žinių apie vaikų laikyseną ir korekcijos būdus;</i>• <i>Paašškinti masažo naudą koreguojant vaikų laikyseną;</i>• <i>Pateikti dalines ir absoliučias kontraindikacijas bei indikacijas vaikų laikysenos korekciniam masažui;</i>• <i>Išmokyti atlikti vaikų laikyseną gerinantį masažą.</i>
1.3. Programos trukmė ir apimtis	<i>40 akademinė val.</i>
1.4. Programos tikslinė (-ės) dalyvių grupė (grupės)	<i>Suaugusieji asmenys, kurie dėl užimamų pareigų ar asmeninių norų siekia įgyti vaikų laikyseną gerinančio masažo kompetencijų.</i>
1.5. Programos dalyvių skaičius	<i>10 asmenų grupė</i>
1.6. Minimalūs reikalavimai, norint mokytis pagal programą (jeigu nustatyta)	<i>Suaugę žmonės, norintys įgyti vaikų laikysenos gerinimui skirtą masažo kompetencijų.</i>
1.6. Programos anotacija	<i>Programos tikslas - suteikti teorinių ir praktinių žinių apie vaikų laikyseną gerinantį masažą bei parengti jį kokybiškai atlikti galinčius asmenis. Baigę šiuo mokymus, jų dalyviai gebės tinkamai atlikti vaikų laikyseną gerinantį masažą.</i>
2. Programoje įgyjamos ar tobulinamos kompetencijos:	
Kompetencija(-os)	Kompetencijos(-ių) pasiekimą nurodantys mokymosi rezultatai
1. Vertinti kūno anatominę, fiziologinę ir emocinę būklę, atsižvelgiant į kliento amžių, lytį ir patologinius pokyčius.	Paašškinti masažo istoriją bei pagrindinius masažo atlikimo principus, masažuotojo etiką ir estetiką. Atskirti skirtingų masažo rūšių bei technikų poveikį visoms žmogaus organizmo sistemoms.
2. Bendrauti ir bendradarbiauti su klientais, sveikatos priežiūros ir kitų įstaigų specialistais.	Išmanyti masažuotojo veiklą reglamentuojančius dokumentus. Bendrauti ir bendradarbiauti, laikantis profesinės etikos principų.
3. Sudaryti masažo, gerinančio vaikų laikyseną, procedūros veiksmų planą.	Paruošti darbo vietą masažui atlikti. Parinkti priemones masažui atlikti. Laikytis higienos normų reikalavimų atliekant masažą.

		Išmanyti masažo būdus. Parinkti masažo procedūros technikas, atsižvelgiant į kliento sveikatos būklę. Įvertinti indikacijas ir kontraindikacijas masažui.		
4.	Taikyti masažo būdus.	Apibūdinti pagrindinius ir pagalbinius masažo būdus. Atlikti masažo būdus.		
5.	Atlikti vaikų laikyseną gerinantį masažą.	Pritaikyti klientui masažo būdus atskiroms kūno dalims. Įvertinti masažo poveikį vaikų laikysenai ir konsultuoti klientą dėl profilaktinių veikslių po masažo procedūros.		
3. Programos turinys ir metodai				
Eil. Nr.	Temos pavadinimas	Trumpas dėstomos temos aprašymas	Mokymo(si) metodai	Planuojamos įgyti / patobulinti kompetencijos
1.	Masažuotojo profesija ir jos specifiika.	Mokiniai sužino apie pagrindinius masažo, kaip sveikatos gerinimo priemonės vystymosi etapus, diskutuoja apie etikos bei estetikos svarbą masažuotojo darbe. Nustato anatominius, fiziologinius, patologinius kliento kūno ypatumus.	Diskusija „Sniego gniūžtė“ Pokalbis	Vertinti kūno anatominę, fiziologinę ir emocinę būklę, atsižvelgiant į kliento amžių, lytį ir patologinius pokyčius.
2.	Masažas, kaip fizinės ir psichinės sveikatos gerinimo priemonė. Masažuotojo darbo svarba.	Mokiniai diskutuoja apie masažuotojo darbo svarbą, galimybes ir sunkumus. Susipažįsta su masažuotojo veiklą reglamentuojančiais dokumentais. Susipažįsta su slaugos pagrindais.	Diskusija Minčių lietus Pristatymas Pokalbis	Bendrauti ir bendradarbiauti su klientais, sveikatos priežiūros ir kitų įstaigų specialistais.
3.	Masažo ir laikysenos samprata.	Mokiniai apibūdina jiems žinomas masažo rūšis, jų skirtumus ir panašumus. Mokomasi apie žmogaus laikyseną, jos pokytį augant. Aptariama, kaip derinamas masažas gerinant laikyseną.	Diskusija Grupinis darbas Pamoka Apklausa	Sudaryti masažo, gerinančio vaikų laikyseną, procedūros veiksmų planą.
4.	Masažo poveikis vaikų laikysenai.	Mokiniai mokosi atskirti dalines ir visiškas kontraindikacijas vaikų masažui bei įvardyti galimas indikacijas, jas pastebėti būsimuose klientuose. Aptariamas vaikų laikysenos gerinimo masažo poveikis visoms organizmo sistemoms.	Diskusija Minčių lietus Disputas Refleksija	Sudaryti masažo, gerinančio vaikų laikyseną, procedūros veiksmų planą.
5.	Masažo būdai.	Mokomasi skirtingų masažo būdų įvairiems kūno segmentams masažuoti bei judesių jungimo principų.	Demonstravimas Pristatymas Refleksija	Taikyti masažo būdus.
6.	Masažo, gerinančio vaikų laikyseną, procedūros planas.	Mokiniai mokosi sudaryti masažo, gerinančio vaikų laikyseną, procedūros planą atsižvelgdami į kliento pageidavimus, sveikatos būklę bei objektyvų ištyrimą.	Pristatymas Demonstravimas Apklausa	Sudaryti masažo, gerinančio vaikų laikyseną, procedūros veiksmų planą.
7.	Masažo, gerinančio vaikų laikyseną, atlikimas.	Mokiniai mokosi įvertinti žmogaus sveikatos būklę ir laikyseną, masažo poreikį bei atlikti masažą naudodami išmokus būdus tiek segmentams, tiek visam kūnui.	Demonstravimas Pamoka Refleksija	Atlikti vaikų laikyseną gerinantį masažą.

4. Programos planas				
Eil. Nr.	Temos pavadinimas	Skiriama valandų		
		Iš viso	Teoriniam mokymui	Praktiniam mokymui
1.	Masažuotojo profesija ir jos specifika.	2	2	
2.	Masažas, kaip fizinės ir psichinės sveikatos gerinimo priemonė. Masažuotojo darbo svarba.	2	2	
3.	Masažo ir laikysenos samprata.	2	2	
4.	Masažo poveikis vaikų laikysenai.	3	3	
5.	Masažo būdai.	8	2	6
6.	Masažo, gerinančio vaikų laikyseną, procedūros planas.	8	2	6
7.	Masažo, gerinančio vaikų laikyseną, atlikimas.	15	5	10
Iš viso		40	18	22
5. Įgytos/patobulintos kompetencijos atitiktis atitinkamame profesiniame standarte nustatytai (-oms) atitinkamos kvalifikacijos kompetencijai (-oms) (jei atitinkamas profesinis standartas yra patvirtintas)		<p>Mokymų metu įgytos/patobulintos kompetencijos atitinka Sveikatos priežiūros ir grožio paslaugų sektoriaus profesinio standarto masažuotojo, LTKS IV kvalifikacijos apraše apibrėžtas kompetencijas:</p> <p>1.1. Vertinti kūno anatominę, fiziologinę ir emocinę būklę, atsižvelgiant į kliento amžių, lytį ir patologinius pokyčius.</p> <p>1.2. Atpažinti gyvybei pavojingas būkles, įvertinti ir tinkamai reaguoti.</p> <p>1.3. Bendrauti ir bendradarbiauti su klientais, sveikatos priežiūros ir kitų įstaigų specialistais.</p> <p>2.1. Sudaryti klasikinio ir segmentinio masažo procedūros veiksmų planą.</p> <p>2.2. Taikyti klasikinio ir segmentinio masažo būdus.</p> <p>2.3. Atlikti klasikinį ir segmentinį masažą.</p>		
6. Pasirengimas vykdyti neformalųjį suaugusiųjų švietimą, mokymui reikalingos priemonės				
6.1. Reikalavimai, keliami mokytojams (dėstytojams) (nurodyti, jei taikoma):				
1.	Išsilavinimas	Aukštasis		
2.	Darbo patirtis	1 metai		
3.	Kita	Netaikoma		
6.2. Detalus mokymui reikalingų materialinių ir metodinių išteklių, atitinkančių numatomą mokyti dalyvių skaičių bei programos tikslus ir uždavinius, aprašymas.				
Eil. Nr.	Mokymui reikalingi materialiniai ir metodiniai ištekliai, naudojami mokymo procese (nurodyti, jei taikoma)			
1.	Mokymo patalpų aprūpinimo aprašymas	5 masažo stalai su priedais, pozicionavimo priemonės (voleliai), paklodės bei vienkartiniai užklotai, paviršių bei rankų valymo ir dezinfekcijos priemonės, 2 širmos, masažo aliejus.		
2.	Įranga	Kompiuteris, vaizdo projektorius		
3.	Literatūra	<ul style="list-style-type: none"> Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2019 m. spalio 8 d. įsakymas Nr. V-1148 „Dėl Lietuvos medicinos normos MN 165:2019 „masažuotojas“ patvirtinimo“. 2019. Prieiga internetu: https://www.e-tar.lt/portal/lt/legalAct/86e09fa0eb3611e99681cd81dcdca52c Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2020 m. gruodžio 4 d. įsakymas Nr. V-2824 „Dėl asmens sveikatos priežiūros specialistų praktikos licencijavimo taisyklių ir asmens sveikatos priežiūros specialistų profesinės kvalifikacijos tobulinimo reikalavimų aprašo patvirtinimo“. 2020. Prieiga internetu: https://www.e-tar.lt/portal/lt/legalAct/36419490363b11eb8d9fe110e148c770 		

		<ul style="list-style-type: none"> • Finkelšteinaitė, J., Valužienė, N. K., Damanskas, J. 2008. Masažas. Vilnius: Avicena. • Stropus R., ir kt. (2016). Žmogaus anatomija 1, 2. Kaunas • J. Požėrienė, V. Ostasevičienė, D. Rėklaitienė, V. Pokvytytė, K. Venckūnienė, D. Selickaitė, N. K. Valužienė, I. Kragnienė, R. Naumavičienė, J. Piečaitienė. 2018. Ligonių ir neįgaliųjų masažas. 3-ias pataisytas leidimas. Kaunas: Lietuvos sporto universitetas. • S. Balčiūnienė. Netaisyklingos laikysenos ir stuburo iškrypimų korekcija. 2011. Kaunas: Vitae Litera.
4.	Kitos priemonės	Netaikoma
6.3. Teorinio ir praktinio mokymo organizavimo vietos (-ų) adresai (-ai)		Klaipėdos Ernesto Galvanausko profesinio mokymo centras Taikos pr. 67, Klaipėda 94112, Lietuva

Programos rengėjas

Kvalifikacijų ir profesinio mokymo plėtros centras

Programa parengta įgyvendinant projektą „Suaugusiųjų švietimo sistemos plėtra suteikiant besimokantiems asmenims bendrąsias ir pagrindines kompetencijas“ Nr. 09.4.2-ESFA-V-715-01-0002.