

Õppekava nimetus:	Ülajäsemete teraapia
Õppekavarühm:	teraapia ja taastusravi.
Õppe kogumaht:	30 akadeemilist tundi, s.h teoreetiline ja praktiline õpe, millest 24 tundi kontaktõpet ja 6 tundi iseseisvat tööd
Õpiväljundid:	Osaleja oskab rakendada ülajäsemete anatoomia, biomehaanika, neuroloogia ja fastsia teadmisi ülajäsemevigastuste hindamiseks ning valida sobivaid konservatiivseid ravimeetodeid funktsionaalse rehabilitatsiooni raames. Osaleja omandab praktilised oskused kinesioiteipimises, instrumentaalses pehmete kudede mobilisatsioonis, mehhaanoteraapias ning füüsikaliste ravivahendite kasutamises, et tõhusalt toetada ülajäsemete funktsionaalset taastusravi.
Õppe sisu:	• Levinumate probleemide raviprotokollid • Kinesioiteipimine: dekompressioon, stabiliseerimine, lümfidrenaaz • Instrumentaalne pehmete kudede mobilisatsioon: blade'id, kupud, floss-band'id • Mehhaanoteraapia: funktsionaalsed harjutused spetsiaalsel laual (nt NordBlade) • Manuaaltehnikad ja ravivõimlemine: liikuvuse taastamise programmid • Füüsikalise ravi vahendite kasutamine • Juhtumid, mis vajavad kirurgilist või spetsialisti sekkumist
Sihtgrupp:	Kursus sobib kõigile huvilistele
Õppekeskkonna kirjeldus:	õpe toimub Focus Estonia koolituasutuses, milles on loodud tingimused antud õppe läbiviimiseks koos kõigi vajalike vahenditega (massaažilauad, toolid, arvuti, ekraan, rätikud, jalarullis, kätepaber, desenfitseerimisvahend)
Õppematerjalide loend:	õpetaja poolt koostatud kospekt.
Lõpetamise tingimused ja väljastatavad dokumendid:	koolitusel õpiväljundid omandanud ning hindamise läbinud õppijale väljastatakse tunnistus. Hindamisel mitteosalenud või hindamist mitte läbinud õppijale väljastatakse tõend.