

# PIRKANMAAN URHEILUHIEROJAKOULU

## HIERONNAN ERIKOISAMMATTITUTKINTO

### HEAT 10

#### -ALOITUS PE 14.3.2025

-16 LÄHIOPETUSPÄIVÄÄ (4/TUTKINNON OSA)

-N. 8 NÄYTTÖPÄIVÄÄ (2/TUTKINNON OSA)

**-OPISKELIJAMAKSU 400€/TUTKINNON OSA (MAKSU ERISSÄ TUTKINNON OSITTAIN)**

**-MAHDOLLISUUS YRITTÄJÄN OPPISOPIMUKSEEN – LISÄINFO OPPILAITOKSESTA !!!**

-OSAAMISALA: URHEILUHIEROJA EAT

**Pirkanmaan Urheiluhierojakoulussa** alkaa pe 14.3.2025 tutkintokoulutus hieronnan erikoisammattitutkinto-opiskelijoille (sis. tutkintotilaisuudet). Koulutus sisältää lähi- ja etäopintoja sekä työssäoppimisjaksoja - opiskeluaika 14.3.2025-22.5.2026

Koululla on kokemusta vastaavasta heat-koulutuksesta **vuodesta 2010 alkaen**. Aloittava ryhmä on järjestyksessä **10:s** vastaava.

Tutkintokoulutus järjestetään **monimuoto-opetuksena**; lähiopetus, etäopiskelu verkko-oppimisympäristössä sekä työssäoppimisjaksot omalla hierontavastaanotolla.

Tutkintokoulutuksen pakollisessa osassa **erikoistutaan urheilijan ja kuntoilijan, liikunnan harrastajan lihashuoltoon**. Valinnaisten tutkinnon osien **opetus toteutetaan** tutkintonimikkeiden mukaisesti **kehonalueittain**.

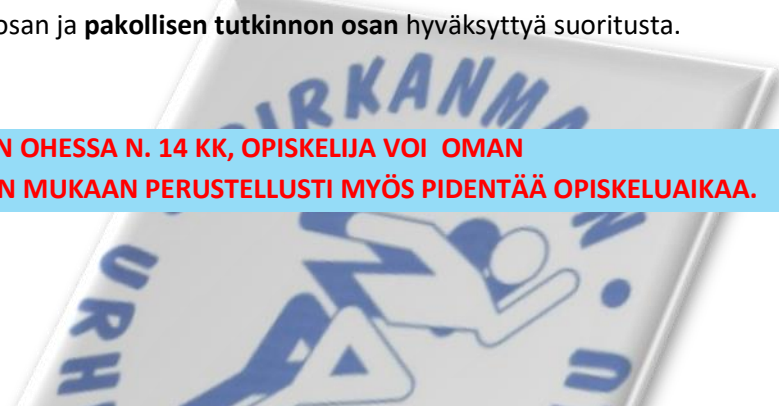
Koko tutkinnon hyväksytyt suorittaminen (4 tutkinnon osaa) oikeuttaa käyttämään mm. mainonnassa tutkintonimikettä **Urheiluhieroja (EAT)**. Tutkinnon suorittaneista pidetään listaa **OPH:n ylläpitämässä osaamisrekisterissä**.

Tutkintokoulutuksessa **vahvistetaan ammatillista osaamista** kunkin tutkinnon osan erityisalueella ja lisääntyvä ammattitaito on hyödynnettävissä **erilaisten asiakasryhmien kohdalla** suoraan käytännön työssä/hoitotilanteissa. Tutkinnolla ammatissa toimivilla haetaan erityisesti **uusia ja päivitettyjä käytännön tekemisen taitoja** (tutkiminen, asiakaslähtöinen hoitaminen ja ohjaus), sopivalla teoriaosaamisella vahvistettuna.

Koulutuksen suorittamista helpottaa **monipuolinen oman vastaanottotoiminnan asiakaskunta**, joka koostuu myös urheilijoista ja kuntoilijoista, mutta pääasiassa ns. ”tavallisista” asiakkaista.

Koulutukseen valitaan ensisijaisesti **koko erikoisammattitutkinnon suorittajia**. Koko tutkinnossa edellytetään **3:n valinnaisen tutkinnon osan ja pakollisen tutkinnon osan** hyväksytyt suoritusta.

**OPISKELUJEN KOKONAISKESTO ON TYÖN OHESSA N. 14 KK, OPISKELIJA VOI OMAN HENKILÖKOHTAISTAMISSUUNNITELMAN MUKAAN PERUSTELLUSTI MYÖS PIDENTÄÄ OPISKELUAIKAA.**



## OPINTOJEN AIKANA SUORITETAAN SEURAAVAT TUTKINNON OSAT:

TUTKINNON OSAN NIMI		HUOMIOITAVAA	OSAAMISPISTEET	
1. Urheilijan lihahuolto	<b>pakollinen tutkinnon osa</b>		45 osp	
2. Alaraajakipuisen potilaan toimintakyvyn edistäminen	valinnainen tutkinnon osa	sis. <b>alaselän</b> alueen	45 osp	
3. Yläraajakipuisen potilaan toimintakyvyn edistäminen	valinnainen tutkinnon osa	sis. <b>rintarangan</b> alueen	45 osp	
4. Niska-hartiaseudun ja pään alueen kipupotilaan toimintakyvyn edistäminen	valinnainen tutkinnon osa		45 osp	
			<b>yhteensä 180 osp</b>	

- lähiopetus pe-la klo 9-17
  - verkko-opiskelu (MOODLE) on keskeinen opiskelualusta lähijaksojen välisenä aikana
  - kaikki lähiopetus videoidaan – lisätään Moodleen
- 
- tutkintokoulutus ja tutkintotilaisuudet toteutetaan joustavasti henkilökohtaistamissuunnitelmien mukaan
  - tutkintokoulutuksen opettajat ovat alan käytännön huippuosaajia ja kokeneita kouluttajia :

**MIKA SAARI**, AMMATTIVALMENTAJA

**TIMO MÄKI**, PIRKANMAAN URHEILUHIEROJAKOULU

**JARMO AHONEN**, SOMATIC-STUDIOT, HKI

**ISMO PALMAMÄKI**, FYSIOS HKI

- Esimerkkejä lähiopetuksen aiheista:

- ⇒ erilaiset nivelkäsittelyt-mobilisoiva hieronta
- ⇒ lihastasapainokartoitukset
- ⇒ käytännön anatomia \*\*\*
- ⇒ pään ja leukanivelten kiputilojen hoitaminen
- ⇒ lihaksia ja keuhonhallintaa edistävät ja palauttavat harjoitteet
- ⇒ lihasvenytykset
- ⇒ triggerpistehoitaminen
- ⇒ teippaus ja kinesiopteippaus
- ⇒ tens-hoidot
- ⇒ fascia-sidekudoskäsittelyt