

SELEKTIIVNE JA SENSOORNE SÖÖMISHÄIRE LASTEL

Täiendkoolitusasutuse nimetus

Rahvatervise Akadeemia (Nutrilligent OÜ).

Õppekava nimetus

Selektiivne ja sensoorne söömishäire lastel.

Õppekavarühm

0915 Teraapia ja taastusravi õppekavarühm.

Õppekava koostamise alus

Toitumisenõustaja, tase 5 kutsestandard, kompetents B.2.1. ja toitumisterapeut, tase 6 kutsestandard, kompetents B.2.3.

Õppe eesmärk

Koolituse eesmärk on anda ülevaade söömisharjumuste kujunemisest lapseas ja seda mõjutavatest teguritest. Osalejatele jagatakse praktilisi lähenemisevõtteid söömisharjumuste muutmiseks ja näpunäiteid, kuidas tulla toime selektiivse ja sensoorse söömishäirega, arvestades seejuures lapse koostöövalmidust ja eripärasid (nt autismispektri häire). Muuhulgas räägitakse söömisega seotud psühholoogilistest probleemidest: uue toidu kartus, puhtuse jooned söömisel, toidu valimine, vedelalt toidult tahkele üleminek jm. Tutvustatakse nii teoreetilist osa kui praktilisi küsimusi, kuidas neid lapsi aidata.

Sihtgrupp

Tervishoiutöötajad, toitumisenõustajad, toitumisterapeutid, lasteasutuste spetsialistid, lapsevanemad.

Õpiväljundid

Koolituse läbinud õpilane:

- teab lapseea ühekülge ja tasakaalustamata toitumise mõju täiskasvanuea terviseprobleemide kujunemisele;
- omab ülevaadet, kuidas söömisprobleemiga lapsi ära tunda;
- teab, mis mõjutab laste maitse-eelistuste ja söömisharjumuste kujunemist;
- teab, milliste esialgsete võtetega selliseid lapsi aidata ja omab tehnikaid, kuidas erinevate söömisprobleemidega lapsi uusi toite maitsma ja nendega tutvuma suunata;
- teab, kuidas vanemaid toetada ning vajadusel suunab edasi pädevama spetsialisti poole.

Õpingute alustamise tingimused

Puuduvad.

Õppe kogumaht

8 akadeemilist kontakttundi.

Õppe sisu

Käsitletavad teemad:

- laste ülekaalulisuse ja tasakaalustamata toitumise mõju tervisele täiskasvanueas;
- söömisprobleemiga lapse märkamine;
- maitse-eelistuste ja söömisharjumuste kujunemine;
- toiduvalikute piiramise põhjused;
- psühholoogilised tegurid ja aspektid;
- esialgsed tehnikad söömisprobleemidega laste aitamiseks, söömisharjumuste ja toiduvalikute parandamiseks;
- selektiivse ja sensoorse söömishäire ja autismispektri häirega laste toitumine.

Õppekeskkonna kirjeldus

Õpe toimub sõltuvalt kursusest Tartus või Tallinnas. Rahvatervise Akadeemia koolitusruumid on varustatud tänapäevaste koolitusvahendite (pabertahvel, projektor, ekraan) ning vajaliku mööbliga, lisaks on olemas kööginurk kohvipauside tegemiseks. Kursusel on võimalus kasutada toimivat internetiühendust.

Õppematerjalide loend

Koolitusel osalejad saavad paberkujul või digitaalsed jaotusmaterjalid. Materjalid sisaldavad praktilisi harjutusi, mida on võimalik peale koolituse lõppu kasutada õpitu kordamiseks ning oma teadmiste iseseisvaks edasiarendamiseks.

Lõpetamise tingimused

Lõpetamise tingimuseks on osalemine auditoorsel õppetööl vähemalt 75% ja tasutud õppemaks.

Väljastatavad dokumendid

Lõpetamise tingimused täitnud õpilasele väljastatakse tõend koolitusel osalemise kohta.

Koolitaja kvalifikatsioon

Koolitajad peavad omama kõrgharidust ja töökogemust õpetataval erialal. Koolitajate kvalifikatsiooniga on võimalik lähemalt tutvuda <http://rahvatervis.ee/koolitajad/>.

Kinnitatud 1. juulil 2019
Nutrilligent OÜ juhatuse otsusega