**Täienduskoolitusasutuse nimetus: Eesti Meigikunstnike Ühenduse Meigikool**

Sisukord

[1. ÕPPEKAVA NIMETUS: MEIK ISEENDALE 1](#_Toc20296577)

[2. ÕPPEKAVARÜHM JA ÕPPEKAVA KOOSTAMISE ALUS 1](#_Toc20296578)

[3. EESMÄRK JA ÕPIVÄLJUNDID 1](#_Toc20296579)

[4. SIHTGRUPP JA ÕPPE ALUSTAMISE TINGIMUSED 1](#_Toc20296580)

[5. ÕPPE MAHT, ÕPPE ÜLESEHITUS, ÕPPEKESKKOND 1](#_Toc20296581)

[6. ÕPPEPROTSESSI KIRJELDUS, sh ÕPPE SISU, ÕPPEMEETODID 2](#_Toc20296582)

[Hindamine ehk õppe lõpetamise tingimused 2](#_Toc20296583)

[8. VÄLJASTATAVAD DOKUMENDID 3](#_Toc20296584)

[9. KOOLITAJA KVALIFIKATSIOON 3](#_Toc20296585)

# 1. ÕPPEKAVA NIMETUS: MEIK ISEENDALE

# 2. ÕPPEKAVARÜHM JA ÕPPEKAVA KOOSTAMISE ALUS

**Õppekavarühm:** juuksuritöö ja iluteenindus  
**Õppekava koostamise alus:** puudub

# 3. EESMÄRK JA ÕPIVÄLJUNDID

**Eesmärk:** koolituse läbinu oskab teostada endale nii päeva kui õhtujumestuse, valib selleks sobivad tooted ning tehnikaid.

**Õpiväljundid:** koolituse lõpuks õppija:

1. valmistab ette näonaha jumestuseks
2. valib jumestamiseks sobivad tooted, lähtudes nahavärvi alatoonist, nahatüübist
3. valib jumestamiseks sobivad vahendid – pintslid, meigiseened
4. kasutab meigitoodete nahale kandmisel sobivaid tehnikaid
5. teostab enda näol nii päeva – kui õhtumeigi

# 4. SIHTGRUPP JA ÕPPE ALUSTAMISE TINGIMUSED

**Sihtgrupp:** inimesed, kes soovivad jumestuse abil rõhutada oma ilu, ning ennast täiendada jumestuskunsti valdkonnas.

**Õppe alustamise tingimused:** huvi jumestuskunsti vastu

# 5. ÕPPE MAHT, ÕPPE ÜLESEHITUS, ÕPPEKESKKOND

**Õppe maht ja ülesehitus:** 4 akadeemilist tundi, millest teooriat 1 akadeemiline tund ja praktikat koolituskeskkonnas 3 akadeemilist tundi.

**Õppekeskkond:**

Meie kool asub Tallinna südalinnas, aadressil Roosikrantsi 11, esimesel korrusel. Üldpinna ligikaudne suurus 85,4 ruutmeetrit.  
Koolitusruumide kirjeldus:  
koolituskeskus,  
1 kontoriruum,  
1 laoruum,  
kööginurk,  
WC.

Kasutusel valgustatud meigipeeglid – 14 kohta. Peeglite all asetsevad meigilauad, kus iga laud on varustatud elektrilülitite ning pistikutega lisavalgustuse jaoks. Saadaval erinevatele kõrgustele seadistatavad klienditoolid. Kasutatavat valgustust on võimalik ümber lülitada nii päevaseks (külmvalgus) kui õhtuseks valguseks (soe valgus).

# 6. ÕPPEPROTSESSI KIRJELDUS, sh ÕPPE SISU, ÕPPEMEETODID

Õpe teostatakse individuaalselt ühele õppijale. Õpetaja tutvustab meigiööks vajalikke töövahendid. Õpilane analüüsib koos õpetajaga oma näo kuju, naha alatooni, nahatüüpi ning koos valitakse sobivad jumestustooted ning sobivad värvitoonid silmade ja huulte jumestamiseks. Õpetaja teostab näidistöö õppija ühel näopoolele, demonstreerides näitlikult erinevate toodete kasutamise tehnikaid ja võtteid, arvestades modelli individuaalseid eripärasid.

Õpilane teostab meigitöö teisel näopoolel. Seejärel eemaldatakse jumestus ning õpilane teostab uuesti iseseisvalt jumestuse kogu näo ulatuses, lähtudes enda isikupärast ja jumestuse eesmärgist, kasutades selleks sobivaid tooteid ning võtteid.

**Õppe sisu:**

* selgitame **päeva-ja õhtumeigi** olemust ja vahet
* ülevaade **meigivahenditest**
* tööks vajalike **pintslite** tutvustamine
* näo **ettevalmistamine** jumestuseks
* **aluskreemi** valik (primer)
* sobivate **värvitoonide** valimine
* **jumestuskreemi** tooni ja tekstuuri valik vastavalt nahatüübile, näo modelleerimine
* **põseruuži** asukoht ja nahale kandmise tehnikad
* **silmade** jumestus vastavalt silmakujule-lauvärvide kasutamine, hajutamine
* erinevad tehnikad 3-4 **lauvärvi** kasutamisel ning hajutamisel
* **silmalaineri** kasutamise tehnika
* **Kulmude** jumestamine
* **Huulte** jumestamine

Õppemeetodid: Loeng. Näidistöö/demonstratsioon õpilasel. Praktiline töö iseendal.

# Hindamine ehk õppe lõpetamise tingimused

Hindamist ei toimu

# 8. VÄLJASTATAVAD DOKUMENDID

Õppijale väljastatakse tõend koolitusel osalemise akadeemiliste tundide ja läbitud teemade kohta.

# 9. KOOLITAJA KVALIFIKATSIOON

Karin Käbi Kuus (CV).