

Kursplan: Certifierad Massageterapeut och Idrottsmassör

Övergripande kursplan. Ordning och enskilda moment kan komma att ändras under utbildningen.

Modul 1: Grundläggande Anatomi och Fysiologi

- **Mål:** Att förstå människokroppens grundläggande strukturer och funktioner.
- **Innehåll:**
 - Skelettet: namn, placering och funktion av större ben.
 - Muskelsystemet: större muskelgrupper, deras funktion och samspel.
 - Cirkulationssystemet och lymfsystemet.
- **Lärandemål:** Kunna identifiera och namnge stora muskler och ben, förstå grundläggande kroppsfunktioner.

Modul 2: Massage och Massagetekniker

- **Mål:** Att utveckla färdigheter i olika massagetekniker och förstå deras effekter.
- **Innehåll:**
 - Klassisk svensk massage.
 - Djupvävnadsmassage.
 - Idrottsmassage.
 - Stretchingtekniker.
- **Lärandemål:** Kunna utföra grundläggande och avancerade massagetekniker säkert och effektivt.

Modul 3: Idrottsskador och Skadeförebyggande

- **Mål:** Att förstå vanliga idrottsskador och hur man kan förebygga dessa.
- **Innehåll:**
 - Vanliga idrottsskador: orsaker, symtom och behandling.
 - Förebyggande av skador genom rätt tekniker och uppvärmning.
 - Tejpning och stöd.
- **Lärandemål:** Kunna identifiera risker för skador och implementera förebyggande strategier.

Modul 4: Praktik och Fallstudier

- **Mål:** Att tillämpa teoretiska kunskaper i praktiska situationer.
- **Innehåll:**
 - Klinisk praktik med riktiga klienter under övervakning.
 - Fallstudier och scenario-baserat lärande.
- **Lärandemål:** Kunna hantera olika kundbehov och anpassa behandlingen efter individuella förutsättningar.

Modul 5: Affärsdrift och Etik

- **Mål:** Att förstå de grundläggande principerna för att driva en egen massagepraktik.
- **Innehåll:**
 - Att starta och driva eget företag.
 - Etiska överväganden i massageyrket.
 - Kundhantering och kommunikation.
- **Lärandemål:** Kunna skapa och upprätthålla en professionell och etisk affärsverksamhet.

Examination och Certifiering

- **Mål:** Att säkerställa att alla studenter uppnår erforderlig kompetensnivå.
- **Innehåll:**
 - Skriftliga prov på teori och anatomi.
 - Praktiska prov i massagetekniker.
 - Bedömning av fallstudiepresentationer och praktisk tillämpning.
- **Lärandemål:** Visa fullständig behärskning av tekniker och kunskaper krävda för certifiering.