

Massage (kommande 2025-07-01, v.1)

Ämnet massage har sin grund i naturvetenskap och humanbiologi. Ämnet behandlar anatomi och fysiologi med fokus på kroppens rörelseapparat samt hur massage och beröring kan användas både som behandlingsmetod och i hälsofrämjande syfte.

Ämnets syfte

Undervisningen i ämnet massage ska syfta till att eleverna utvecklar kunskaper om kroppens anatomi och fysiologi med tonvikt på kroppens rörelseapparat. Eleverna ska ges möjlighet att utveckla kunskaper om massage som både skadeförebyggande och hälsofrämjande behandlingsform. Undervisningen ska också behandla massagebranschens tradition och historiska utveckling och eleverna ska ges möjlighet att utveckla kunskaper om massagens vetenskapliga effekter och teoretiska grund. Eleverna ska även ges möjlighet att utveckla förmåga att använda centrala begrepp och teorier inom området. Dessutom ska eleverna ges möjlighet att utveckla förmåga att bemöta, kommunicera och samverka med andra på ett yrkesetiskt sätt.

Undervisningen ska leda till att eleverna utvecklar förmåga att använda olika massagetekniker samt att utföra rörelseträning och avspänning. Genom undervisningen ska eleverna ges möjlighet att utveckla förmåga att arbeta ergonomiskt riktigt samt med hänsyn till hygien- och miljöfrågor kopplade till verksamheten. Vidare ska eleverna ges möjlighet att reflektera över och ta ansvar för tagna beslut. Undervisningen ska också bidra till att eleverna utvecklar förmåga att inhämta och värdera ny kunskap inom området.

Undervisningen i ämnet massage ska ge eleverna förutsättningar att utveckla följande:

- Kunskaper om kroppens anatomi och fysiologi samt om massage som behandlingsform.
- Förmåga att använda centrala begrepp och teorier inom området.
- Förmåga att utföra olika behandlingsformer inom massage på ett hygieniskt och säkert sätt.
- Förmåga att bemöta, kommunicera och samverka i olika behandlingssituationer på ett yrkesetiskt sätt.

Nivåer i ämnet massage

- Nivå 1, 100 poäng.

Nivå 1, 100 poäng

Nivåkod: MASS1000X

Centralt innehåll

Undervisningen i ämnet massage på nivå 1 ska behandla följande centrala innehåll:

- Anatomi och fysiologi med fokus på kroppens rörelseapparat, skelett, leder, muskler och hud samt rörelse och träning.
- Massage som både skadeförebyggande och hälsofrämjande behandlingsform.
- Massagens historia, vetenskapliga effekter och teoretiska grund.
- Centrala begrepp och teorier inom massage.
- Medicinsk terminologi som är relevant i samband med massage.
- Klassisk massage, ansiktsmassage, sittande massage samt taktil massage.
- Spänningsbehandling och hur massage kan frigöra spänningar i stel och spänd muskulatur.
- Rörlighetsträning, muskeltöjningar och triggerpunktsbehandling.
- Undersökning, behandling och träning i kombination för att skapa helhet i ett hälsofrämjande syfte.
- Hygien-, säkerhets- och miljöfrågor samt arbetsställningar vid massage.
- Interaktion och kommunikation i olika behandlingssituationer samt vikten av god yrkesetik.

Betygskriterier

Av 15 kap. 24 § andra stycket och 20 kap. 37 § andra stycket skollagen (2010:800) följer att läraren vid betygssättningen i ett ämne ska göra en sammantagen bedömning av elevens kunskaper på den aktuella nivån i ämnet i förhållande till de betygskriterier som gäller för ämnet som helhet och sätta det betyg som bäst motsvarar elevens kunskaper. Samtliga kriterier för betyget E ska dock vara uppfyllda för att eleven ska kunna få ett godkänt betyg.

Betyget E

Eleven visar **godtagbara** kunskaper om kroppens anatomi och fysiologi samt om massagens vetenskapliga effekter och teoretiska grund.

Eleven använder med **viss säkerhet** centrala begrepp och teorier samt medicinsk terminologi.

Eleven utför olika behandlingsformer inom massage på ett **godtagbart** sätt. Dessutom utför eleven med **visst** handlag olika massagetekniker och tar i arbetet hänsyn till hygien och säkerhet.

Eleven bemöter, kommunicerar och samverkar i olika behandlingssituationer med **viss säkerhet** samt på ett yrkesetiskt sätt.

Betyget D

Elevens kunskaper bedöms sammantaget vara mellan C och E.

Betyget C

Eleven visar **goda** kunskaper om kroppens anatomi och fysiologi samt om massagens vetenskapliga effekter och teoretiska grund.

Eleven använder med **säkerhet** centrala begrepp och teorier samt medicinsk terminologi.

Eleven utför olika behandlingsformer inom massage på ett **gott** sätt. Dessutom utför eleven med **gott** handlag olika massagetekniker och tar i arbetet hänsyn till hygien och säkerhet.

Eleven bemöter, kommunicerar och samverkar i olika behandlingssituationer med **säkerhet** samt på ett yrkesetiskt sätt.

Betyget B

Elevens kunskaper bedöms sammantaget vara mellan A och C.

Betyget A

Eleven visar **mycket goda** kunskaper om kroppens anatomi och fysiologi samt om massagens vetenskapliga effekter och teoretiska grund.

Eleven använder med **god säkerhet** centrala begrepp och teorier samt medicinsk terminologi.

Eleven utför olika behandlingsformer inom massage på ett **mycket gott** sätt. Dessutom utför eleven med **mycket gott** handlag olika massagetekniker och tar i arbetet hänsyn till hygien och säkerhet.

Eleven bemöter, kommunicerar och samverkar i olika behandlingssituationer med **god säkerhet** samt på ett yrkesetiskt sätt.