

باسمه تعالی

مرکز تربیت مربی و پژوهش های فنی و حرفه ای

پودمان آموزشی

گروه آموزشی: فناوری مد و لباس - صنایع دستی

عنوان پودمان: الگو سازی، برش و دوخت انواع تی شرت و شلوارهای ورزشی بچه گانه

کد تخصصی: ITC-SE-475

تاریخ شروع اعتبار: ۱۴۰۰/۱۰/۲۵

تاریخ پایان اعتبار: ۱۴۰۵/۱۰/۲۵

معاونت پژوهش و برنامه ریزی مرکز تربیت مربی

کرج- میدان آزادگان- بلوار امام رضا (ع)- بلوار تربیت مربی- مرکز تربیت مربی و پژوهش های فنی و حرفه ای-

صندوق پستی ۹۵۱- کد پستی ۳۱۴۹۹۷۴۱۱۵

تلفکس : ۰۲۶-۳۲۵۳۴۱۴۳

"تمام حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق به مرکز تربیت مربی و پژوهش های فنی و حرفه ای است."

اعضای کمیسیون تخصصی تدوین کننده

ردیف	نام و نام خانوادگی	مدرک تحصیلی	رشته تحصیلی	سابقه فعالیت	سطح شغلی	آدرس، شماره تلفن، پست الکترونیک
۱	بی بی کبری آل موسی	کارشناسی	طراحی دوخت	۱۲ سال	ارشد	خوزستان دزفول مرکز شماره ۴ برادران ۰۹۱۶۷۰۲۲۰۰۷
۲	لیلا دوام بد	کارشناسی	طراحی دوخت	۱۵ سال	خبیره	خوزستان اندیمشک مرکز شماره ۳۶ خوهرا
۳	صدیقه طرفی	کارشناسی	حسابدار	۱۲ سال	ارشد	اهواز-کوی علوی-خیابان الهادی-مرکز امام هادی(ع) ۰۹۳۹۳۰۴۷۱۴۴
۴	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
۵	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
۶	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.

اعضای کمیسیون تخصصی تایید کننده

ردیف	نام و نام خانوادگی	مدرک تحصیلی	رشته تحصیلی	سابقه فعالیت	سطح شغلی	آدرس، شماره تلفن، پست الکترونیک
۱	زینب وفایی نژاد	کارشناسی ارشد	شیمی-طراحی	۲۰	خبیره	مرکز تربیت مربی
۲	محبوبه مهاجری	کارشناسی	طراحی دوخت	۴۰	خبیره	تهران
۳	فاطمه کریمی	کارشناسی	طراحی دوخت	۳۸	خبیره	تهران
۴	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
۵	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
۶	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.

تعاریف:

پودمان

واژه پودمان یا "مدول"، معنای مختلفی دارد. در علوم تربیتی واژه پودمان تحت عنوان پیمانۀ کردن، بخش کردن، واحد کردن یا آموزش گام به گام معنی می شود. گاهی "مدول" به واحد و یا استاندارد اندازه گیری اطلاق می گردد.

پودمان آموزشی

بسته های آموزشی مستقل است که در طول دوران خدمت یا دوره آموزشی یک فرد برای وی ارایه می شود.

شایستگی

مجموعه دانش، مهارت و نگرش هایی که کارکنان را قادر می سازد به صورتی اثر بخش فعالیتهای مربوط به شغل و یا عملکرد شغلی را طبق استانداردهای مورد انتظار انجام دهند، شایستگی نامیده می شود

توانایی

به مجموعه ای از واکنش های ذهنی و عینی که شخص را برای انجام کاری مشخص در زمانی مشخص قادر می سازد، اصطلاحاً توانایی گفته می شود.

دانش

حداقل مجموعه ای از معلومات نظری و توانمندی های ذهنی لازم برای رسیدن به یک شایستگی یا توانایی است که می تواند شامل علوم پایه (ریاضی، شیمی، فیزیک، زیست شناسی)، تکنولوژی و زبان فنی باشد.

مهارت

حداقل هماهنگی بین ذهن و جسم برای رسیدن به یک توانمندی یا شایستگی است که معمولاً به مهارتهای عملی ارجاع می شود. به عبارت دیگر توانایی اکتسابی و تمرین شده برای انجام ماهرانه وظیفه و یا شغل است که معمولاً ماهیتی یدی دارد و همان کاربرد دانش است.

نگرش

ترکیبی از باورها، ارزشها و عقاید است که فراگیر را پیشاپیش آماده می کند تا به دیگران، فعالیتهای کاری، تجهیزات، ابزار و مواد مصرفی به شیوه مثبت نگاه کند. از جمله مصادیق نگرش میتوان به رعایت اخلاق حرفه ای، مهارتهای محوری (حل مسئله، کار تیمی و) اشاره نمود

ارزشیابی

فرایند جمع آوری شواهد و قضاوت در مورد آنکه یک شایستگی یا کار به دست آمده است یا خیر.

ایمنی

مواردی که عدم یا انجام ندادن صحیح آن موجب بروز حوادث و خطرات در محیط کار می شود.

توجهات زیست محیطی:

ملاحظات که در هر شغل باید رعایت شود که کمترین آسیب به محیط زیست وارد گردد

مشخصات پودمان آموزشی

هدف های کلی پودمان	آشنایی با الگو سازی برش و دوخت انواع لباسهای ورزشی بچه گانه
نوع گواهینامه	☒ بازآموزی و ارتقاء مهارت ☐ سرباز مربی ☐ صنایع و سازمان ها ☐ جدید الاستخدام ☐ کارآموز آزاد
گستره پوشش	☐ منطقه ای ☒ کشوری ☐ دوره های بین المللی (کارآموزان خارجی)
پودمان / پودمان های پیش نیاز	مدل سازی استین
طول دوره	ساعت آموزش نظری: ۱۰ ساعت ساعت آموزش عملی: ۲۰ ساعت جمع ساعات آموزش: ۳۰ ساعت کارورزی: ساعت پروژه: ساعت
استاندارد مهارتی مرتبط	نازک دوز
روش ارزشیابی	☐ کتبی ☐ عملی ☐ کتبی و عملی ☒ ارزشیابی حین دوره ☒ پروژه
سطح مخاطبان پودمان	☐ مربی ☒ مربی ماهر ☐ ارشد مربی ☐ استاد مربی ☐ سایر در صورتیکه داوطلب آزاد یا از سایر سازمان ها باشد
ویژگیهای مدرس	☐ حداقل مدرک تحصیلی: ☒ سطح مربی: ☒ سابقه آموزشی مرتبط:

سر فصل های آموزشی

ردیف	عناوین
۱	رعایت ایمنی و بهداشت در محیط کار
۲	انواع الگو سازی لباس های ورزشی بچه گانه
۳	انواع برش لباس های ورزشی بچه گانه
۴	انواع دوخت لباس های ورزشی بچه گانه
۵	انواه اتو کاری لباس های ورزشی بچه گانه
۶	Click or tap here to enter text.
۷	Click or tap here to enter text.
۸	Click or tap here to enter text.
۹	Click or tap here to enter text.
۱۰	Click or tap here to enter text.

	زمان آموزش			عنوان شایستگی :
	جمع	عملی	نظری	
	۳	۲	۱	
الگو سازی و برش و دوخت لباس های ورزشی بچه گانه				
تجهیزات ، ابزار ،				
کپسول آتش نشانی	۱۵	Click or tap here to enter text.	۱۵ دقیقه	دانش : عوامل زیان آور محیطی (فیزیکی)
جعبه کمک های اولیه	۲۰	Click or tap here to enter text.	۲۰ دقیقه	-- عوامل زیان آور محیطی و محیط کار و نقش آن در بروز حوادث
رایانه	۱۰	Click or tap here to enter text.	۱۰ دقیقه	-- جعبه کمک های اولیه و انواع وسایل حفاظت فردی و لزوم
سیستم تهویه	۱۵	Click or tap here to enter text.	۱۵ دقیقه	-- عوامل موثر بر بروز برق گرفتگی و انواع اتش و روش های استفاده از
دستکش یکبار مصرف	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-- خطرات ناشی از جابجایی های دستی بار از دیدگاه ارگونومیک
روپوش	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	مهارت : Click or tap here to enter text.
میز مربی	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-- استفاده صحیح از ابزار، مواد و کالا و حمل آن ها
صندلی مربی	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-- استفاده صحیح از جعبه کمک های اولیه
تخته وایت برد	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-- استفاده صحیح از وسایل حفاظت فردی- دقت در کار و کنترل
تخته پاک کن	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-- استفاده صحیح از خاموش کننده های دستی و ابزار کار مواد کالا
ماژیک وایت برد	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	نگرش : دقت در کار و کنترل کیفیت
ماسک	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-- جلوگیری از آسیب های ناشی از حوادث شغلی-
Click or tap here to enter text.		Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
		Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
		Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
		Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
		Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
		Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
		Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
		Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
		Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
		Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.

	زمان آموزش			عنوان شایستگی :
	جمع	عملی	نظری	راه اندازی ، سرویس و نگهداری ماشین های دوخت
	۴	۳	۱	Click or tap here to enter text.
تجهیزات ، ابزار ،				
رایانه روپوش روغن ماشین	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	دانش : Click or tap here to enter text.
دوخت انواع ماشین دوخت	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	- انواع ماشین دوخت خانگی (همه کاره و سردوز)
خانگی (راسته دوز-همه کاره	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-انواع نخ مخصوص ماشین دوخت همه کاره خانگی(مرسریزه نایلونی
و سردوز) انواع سوزن ماشین	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-انواع پایه ماشین های دوخت همه کاره خانگی (ساده ، دکمه،
های راسته دوز-همه کاره	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-روش سرویس ونگهداری ماشین های دوخت همه کاره خانگی
خانگی	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	مهارت : Click or tap here to enter text.
(سرسوخته،دوقلو،ساده) انواع	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	--چیدمان صحیح یک کارگاه
نخ ماشین های دوخت	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-راه اندازی و تنظیم ماشین دوخت (پر کردن ماسوره ، نخ کردن
(مرسریزه،نایلونی	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-انتخاب نخ ، سوزن، پایه (باتوجه به جنس پارچه) برای ماشین های
،ابریشمی،پلی استر) انواع پایه	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	- Click or tap here to enter text.
های ماشین دوخت	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	نگرش : دقت در کار و کنترل کیفیت
Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	- رعایت اخلاق حرفه ای
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	- خاموش کردن ماشین دوخت در صورت کار نکردن با دستگاه و حضور
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	ایمنی و بهداشت : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	- رعایت اصول ارگونومی
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	- استفاده از نور و فضای کافی
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	توجهات زیست محیطی : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	- جمع آوری نخ های اضافی در ظروف مخصوص و استفاده از آن در چرخه باز یافت
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-جلوگیری از ریختن روغن ماشین دوخت در محیط کار

عنوان شایستگی :			
الگوسازی لباس های ورزشی بچه گانه			
زمان آموزش			
نظری	عملی	جمع	
۴	۵	۹	
تجهیزات ، ابزار ،			
دانش : Click or tap here to enter text.	۱	Click or tap here to enter text.	رولت- قیچی -متر -سوزن ته
-انواع کاغذ الگو وسایل اندازه گیری	۱	Click or tap here to enter text.	گرد-وزنه نگهدارنده الگو-
-ترسیم الگوی لباس ورزشی بچه گانه	۱	Click or tap here to enter text.	صابون یا مل خیاطی
-ترسیم استین های رگلان	۱	Click or tap here to enter text.	کپسول آتش نشانی
-ترسیم الگوی آستین های جدا رگلان و کیمانو و آستین های	۱	Click or tap here to enter text.	-صندلی مربی
مهارت : Click or tap here to enter text.			-میز مربی
-نحوه استفاده از انواع کاغذ الگو و چیدمان الگو			-صندلی کارآموز
-نحوه ترسیم بالا تنه ورزشی و آستین ورزشی و انواع جیب های			-تخته پاک کن
-نحوه ترسیم الگوی بالا تنه ورزشی و مد آستین و شلوار ورزشی			-تخته وایت برد
-نحوه ترسیم انواع یقه های ورزشی آستین و شلوار ورزشی و انواع			-جعبه کمک های اولیه
نگرش : داشتن حداقل ضایعات			-ماشین حساب
-صرفه جویی در زمان، انرژی و مواد مصرفی و مصرف پارچه			-میز کارآموزماژیک وایت برد
-جلوگیری از آسیب های ناشی از حوادث شغلی			-پاک کن
ایمنی و بهداشت : استفاده از وسایل حفاظت فردی(دستکش و روپوش)			-مداد
- رعایت اصول ارگونومی هنگام برش پارچه			
-رعایت نکات ایمنی هنگام استفاده از قیچی برش			
توجهات زیست محیطی : Click or tap here to enter text.			
جمع آوری پارچه های اضافی درظروف مخصوص و استفاده از آن در چرخه بازیافت			
-تفکیک مواد زائدودفع مناسب آنها			

عنوان شایستگی :	زمان آموزش		
	نظری	عملی	جمع
	۲	۵	۷
برش بالا تنه ورزشی و شلوار			
تجهیزات ، ابزار ،			
دانش : Click or tap here to enter text.	۳۰دقیقه	Click or tap here to enter text.	۳۰دق
برش محاسبه مقدار پارچه،روش انتقال الگو روی لباس	۳۰دقیقه	Click or tap here to enter text.	۳۰دق
برش انواع بلوز ورزشی شلوار ورزشی و یقه ای مخصوص ورزشی)	۳۰دقیقه	Click or tap here to enter text.	۳۰دق
انواع برش بلوز ورزشی شلوار ورزشی و جیب مناسب کار	۳۰دقیقه	Click or tap here to enter text.	۳۰دق
برش بالا تنه ورزشی شلوار یقه و آستین	۳۰دقیقه	Click or tap here to enter text.	۳۰دق
مهارت : Click or tap here to enter text.		Click or tap here to enter text.	یقه
نحوه محاسبه مقدار پارچه،روش انتقال الگو روی لباس	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	۱
نحوه برش بالا تنه ورزشی آستین شلوار یقه و جیب	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	۱
رسم الگوی برش بالا تنه ورزشی آستین شلوار یقه و جیب	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	۱
نحوه برش بالا تنه ورزشی آستین شلوار یقه و جیب	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	۲
نگرش :صرفه جویی دراستفاده از مواد مصرفی و انرژی و زمان	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	
دقت در کار و کنترل کیفیت			
جلوگیری ازآسیب های ناشی ازحوادث شغلی			
ایمنی و بهداشت : رعایت اصول ارگونومی هنگام برشکاری			
استفاده از نور و فضای کافی			
استفاده از وسایل حفاظت فردی (روپوش)			
توجهات زیست محیطی :جمع آوری نخ های اضافی در ظروف مخصوص و استفاده از آن در			
صرفه جوئی در مصرف انرژی			
تفکیک مواد زائدودفع مناسب آنها			

عنوان شایستگی :	زمان آموزش		
	نظری	عملی	جمع
	۲	۵	۷
انواع دوخت تی شرت های ورزشی بجه گانه و شلوار			
تجهیزات ، ابزار ،			
دانش : Click or tap here to enter text.: انواع روش دوخت تی شرت های ورزشی چه گانه و شلوار انواع روش دوخت استین های رگلان ساده کیمانو انواع روش دوخت استین های رگلان و کیمانو برش دار و اتوکاری و تمیز کاری نهایی درزها و برشها مهارت : Click or tap here to enter text.: نحوه دوخت استین های رگلان ساده کیمانو و برش دار نحوه دوخت استین های رگلان ساده کیمانو و برش دار نحوه دوخت استین های رگلان ساده کیمانو و برش دار نحوه صحیح اتوکاری و تمیز کاری درزها و برشها	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
	۳۰ دقیقه	۳۰ دقیقه	۳۰ دقیقه
	۳۰ دقیقه	۳۰ دقیقه	۳۰ دقیقه
	۳۰ دقیقه	۳۰ دقیقه	۳۰ دقیقه
	۳۰ دقیقه	۳۰ دقیقه	۳۰ دقیقه
	۳۰ دقیقه	۳۰ دقیقه	۳۰ دقیقه
	۱	۱	۱
	۱	۱	۱
	۲	۲	۲
	۱	۱	۱
اتو(ساده، بخار مخزن دار، پرس خانگی) - میز اتو -ابزار اتوی کاپ و درز -ابزار اتوی چند کاره -بالشتک بیضی - ژانت - پارچه مخصوص اتو کشی - آب پاش ماشین دوخت صنعتی (راسته دوز، سردوز) - ماشین دوخت خانگی (همه کاره، سردوز) - انواع پایه های ماشین دوخت صنعتی و همه کاره (ساده، دکمه، جادکمه، زیپ، لبه ...) نگرش : عدم استفاده از اتو در ساعات اوج مصرف برق صرفه جویی در مصرف نخ و زمان صرفه جویی در زمان ، انرژی و مواد مصرفی ایمنی و بهداشت : رعایت اصول ارگونومی هنگام استفاده از ماشین دوخت و اتو رعایت نکات ایمنی هنگام استفاده از ماشین دوخت و اتو (محل قرار گرفتن اتو، کنترل سیم ...) استفاده از وسایل حفاظت فردی (روپوش) توجهات زیست محیطی : Click or tap here to enter text.: مدیریت انرژی جمع آوری نخ های اضافی در ظروف مخصوص و استفاده از آن در مرحله بازیافت	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.



	زمان آموزش			عنوان شایستگی :
	جمع	عملی	نظری	
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	
تجهیزات ، ابزار ،				
Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	دانش : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	مهارت : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	نگرش : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	ایمنی و بهداشت : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text. -
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	توجهات زیست محیطی : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-



	زمان آموزش			عنوان شایستگی :
	جمع	عملی	نظری	
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	
تجهیزات ، ابزار ،				
Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	دانش : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	مهارت : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	نگرش : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	ایمنی و بهداشت : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text. -
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	توجهات زیست محیطی : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-



	زمان آموزش			عنوان شایستگی :
	جمع	عملی	نظری	
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	
تجهیزات ، ابزار ،				
Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	دانش : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	مهارت : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	نگرش : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	ایمنی و بهداشت : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text. -
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	توجهات زیست محیطی : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-



	زمان آموزش			عنوان شایستگی :
	جمع	عملی	نظری	
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	
تجهیزات ، ابزار ،				
Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	دانش : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	مهارت : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	نگرش : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	ایمنی و بهداشت : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text. -
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	توجهات زیست محیطی : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-



	زمان آموزش			عنوان شایستگی :
	جمع	عملی	نظری	
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	
تجهیزات ، ابزار ،				
Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	دانش : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	مهارت : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	نگرش : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	ایمنی و بهداشت : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text. -
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	توجهات زیست محیطی : Click or tap here to enter text.
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-

- برگه استاندارد تجهیزات، مواد ، ابزار

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد
۱	میز کارآموز	۸۰ cm × ۱۵۰ cm	۵ عدد
۲	روپوش	نخی	۱ دست
۳	وسایل علامت گذاری	مل صابون علامت گذاری	از هر کدام ۱۵ عدد
۴	سوزن ته گرد	Click or tap here to enter text.	۱۰ عدد
۵	پارچه	تزویرا و تریکو پارچه های ورزشی	از هر کدام ۲ متر
۶	رولت	دندانه دار وبدون دندانه	از هر کدام ۵ عدد
۷	متر	فلزی یا پلاستیکی	۱۵ عدد
۸	قیچی	کاغذ و پارچه در فرم های مختلف	از هر کدام ۵ عدد
۹	اتو	بخار پرس سرد	از هر کدام ۳ دستگاه
۱۰	ماشین دوخت	راسته دوز	۷ دستگاه
۱۱	ماشین دوخت	سردوز	۲ دستگاه
۱۲	کپسول آتش نشانی	پودر خشک ۲ کیلویی	۱ دستگاه
۱۳	جعبه کمک های اولیه	سری کامل تجهیزات استاندارد	۱ جعبه
۱۴	سیستم تهویه	مطبوع	۱ دستگاه
۱۵	لایی چسب	کاغذی، زانفیکس، موئی "چسبی و دوختی"	از هر کدام ۲ متر
۱۶	روبان و نوار	باریک و پهن	از هر کدام ۵ متر

– منابع و نرم افزار های آموزشی

ردیف	عنوان منبع یا نرم افزار	مؤلف	مترجم	سال نشر	محل نشر	ناشر یا تولید کننده
۱	مدل سازی لباس های ورزشی بچه کانه	وینفرد الدریچ	نیره یونسی	۱۳۹۰	گرگان	نشر قطره
۲	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
۳	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.			Click or tap here to enter text.

توجه:

– تجهیزات، مواد و ابزار برای یک کارگاه به ظرفیت ۱۵ نفر در نظر گرفته شود.

فهرست سایت های قابل استفاده در آموزش پودمان

ردیف	
۱	http://www.aparat.com
۲	http://film.tebyan.net
۳	Click or tap here to enter text.
۴	Click or tap here to enter text.
۵	Click or tap here to enter text.
۶	Click or tap here to enter text.