



باسمه تعالی

مرکز تربیت مربی و پژوهش های فنی و حرفه ای

پودمان آموزشی

گروه آموزشی: فناوری مد و لباس - صنایع دستی

عنوان پودمان: الگوسازی و دوخت رامپر یا (سرهمی) دخترانه

کد تخصصی: ITC-SE-454

تاریخ شروع اعتبار: ۱۴۰۰/۰۶/۱۰

تاریخ پایان اعتبار: ۱۴۰۵/۰۶/۱۰

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: ۰۲۶-۳ ۲۵۳۴۱۴۳

"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	لیلا دوام بد	کارشناسی	طراحی پوشاک	۱۶ سال	خبیره	مرکز شماره ۳۶ خاوران اندیمشک ۰۹۱۶۳۴۷۰۸۹۳ L.davambod64@gmail.com
۲	زینب جرفی	کارشناسی	حسابدار	۱۸ سال	ارشد	مربی مرکز اهواز ۰۹۰۱۹۹۷۲۰۲۸ Zeynabjorfi2225@gmail.com
۳	زینب موسوی	کارشناسی	ریاضی کاربردی	۱۰ سال	ارشد	مربی مرکز دشت آزادگان ۰۹۳۸۳۴۷۳۴۹۱ Zeinabmosawi557@gmail.com
۴	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to	Click or tap here to	Click or tap here	Click or tap here to enter	Click or tap here to enter text.
۵	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to	Click or tap here to	Click or tap here	Click or tap here to enter	Click or tap here to enter text.
۶	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to	Click or tap here to	Click or tap here	Click or tap here to enter	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	شیمی- طراحی	۲۰	خبیره	مرکز تربیت مربی کرج ۰۹۱۲۵۶۶۳۲۳۵
۲	محبوبه مهاجری	کارشناسی	طراحی و دوخت	۴۰	خبیره	تهران
۳						
۴	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to	Click or tap here to	Click or tap here	Click or tap here to enter	Click or tap here to enter text.
۵	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to	Click or tap here to	Click or tap here	Click or tap here to enter	Click or tap here to enter text.
۶	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to	Click or tap here to	Click or tap here	Click or tap here to enter	Click or tap here to enter text.

تعاریف:

پودمان

واژه پودمان یا "مدول"، معنای مختلفی دارد. در علوم تربیتی واژه پودمان تحت عنوان پیمانہ 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 مسله، 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



<p>آشنایی مربیان با الگو سازی و دوخت رامپر یا(سرهمی) دخترانه</p>	<p>هدف های کلی پودمان</p>
<p><input checked="" type="checkbox"/> بازآموزی و ارتقاء مهارت <input type="checkbox"/> سرباز مربی <input type="checkbox"/> صنایع و سازمان ها <input type="checkbox"/> جدید الاستخدام <input checked="" type="checkbox"/> کارآموز آزاد</p>	<p>نوع گواهینامه</p>
<p><input type="checkbox"/> منطقه ای <input checked="" type="checkbox"/> کشوری <input type="checkbox"/> دوره های بین المللی (کارآموزان خارجی)</p>	<p>گستره پوشش</p>
<p>Click or tap here to enter text.</p>	<p>پودمان / پودمان های پیش نیاز</p>
<p>ساعت آموزش نظری: ۱۰ ساعت کارورزی: ساعت ساعت آموزش عملی: ۲۰ ساعت پروژه: ساعت جمع ساعات آموزش: ۳۰ ساعت</p>	<p>طول دوره</p>
<p>دخترانه و بچگانه دوز</p>	<p>استاندارد مهارتی مرتبط</p>
<p><input checked="" type="checkbox"/> کتبی <input type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/> کتبی و عملی <input checked="" type="checkbox"/> ارزشیابی حین دوره <input checked="" type="checkbox"/> پروژه</p>	<p>روش ارزشیابی</p>
<p><input checked="" type="checkbox"/> مربی <input type="checkbox"/> مربی ماهر <input type="checkbox"/> ارشد مربی <input type="checkbox"/> استاد مربی <input type="checkbox"/> سایر در صورتیکه داوطلب آزاد یا از سایر سازمان ها باشد</p>	<p>سطح مخاطبان پودمان</p>
<p><input type="checkbox"/> حداقل مدرک تحصیلی: <input checked="" type="checkbox"/> سطح مربی: <input checked="" type="checkbox"/> سابقه آموزشی مرتبط:</p>	<p>ویژگیهای مدرس</p>

سر فصل های آموزشی



ردیف	عناوین
۱	رعایت ایمنی و بهداشت در محیط کار
۲	راه اندازی، سرویس و نگهداری ماشین های دوخت
۳	اندازه گیری والگوسازی انواع رامپر یا (سرهمی) دخترانه
۴	برش انواع رامپر یا (سرهمی) دخترانه
۵	دوخت انواع رامپر یا (سرهمی) دخترانه
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 : رعایت ایمنی و بهداشت در محیط کار
	جمع	عملی	نظری	
	۳	۲	۱	
تجهیزات ، ابزار ،				
کپسول آتش نشانی	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	دانش : عوامل زیان آور محیطی (فیزیکی)
جعبه کمک های اولیه	۲۰ دقیقه	۲۰ دقیقه	۲۰ دقیقه	- عوامل زیان آور محیطی و محیط کار و نقش آن در بروز حوادث
رایانه	۱۰ دقیقه	۱۰ دقیقه	۱۰ دقیقه	- جعبه کمک های اولیه و انواع وسایل حفاظت فردی و لزوم
سیستم تهویه	۱۵ دقیقه	۱۵ دقیقه	۱۵ دقیقه	- عوامل موثر در بروز برق گرفتگی و انواع آتش و روشهای استفاده از
دستکش یکبار مصرف	۱۵ دقیقه	۱۵ دقیقه	۱۵ دقیقه	- خطرات ناشی از جابجایی دستی بار از دیدگاه ارگونومیک
روپوش	یقه	یقه	یقه	مهارت : Click or tap here to enter text.:
میز مربی	۳۰	۳۰	۳۰	- استفاده صحیح از ابزار، مواد و کالا و حمل آن ها
صندلی مربی	۳۰	۳۰	۳۰	- استفاده صحیح از جعبه کمک های اولیه-
تخته وایت برد	۳۰	۳۰	۳۰	- استفاده صحیح از وسایل حفاظت فردی-
تخته پاک کن	۳۰	۳۰	۳۰	- استفاده صحیح از خاموش کننده های دستی و ابزار کار و مواد
ماژیک وایت برد	۳۰	۳۰	۳۰	نگرش : دقت در کار و کنترل کیفیت
ماسک	۳۰	۳۰	۳۰	- جلوگیری از آسیب های ناشی از حوادث شغلی-
Click or tap here to enter text.	۳۰	۳۰	۳۰	- صرفه جویی در استفاده از مواد مصرفی ، انرژی و زمان-
				ایمنی و بهداشت : Click or tap here to enter text. :
				- استفاده از نور و فضای کافی و استفاده از وسایل حفاظت فردی (دستکش و روپوش)
				- رعایت اصول ارگونومی
				توجهات زیست محیطی : Click or tap here to enter text. :
				- تفکیک مواد زائد و دفع مناسب آن ها
				- Click or tap here to enter text.-



	زمان آموزش			عنوان شایستگی : راه اندازی ، سرویس و نگهداری ماشین های دوخت
	جمع	عملی	نظری	
	۴	۳	۱	
تجهیزات ، ابزار ،				
متر خیاطی - خط کش - رایانه روپوش روغن ماشین دوخت انواع ماشین دوخت خانگی صنعتی (راسته دوز-همه کاره و سردوز) انواع نخ ماشین های دوخت (مرسریزه، نایلونی ، ابریشمی، پلی استر) انواع پایه های ماشین دوخت صنعتی و همه کاره خانگی از جمله پایه لب لول یالب تو	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.
	۱۵	۱۵	۱۵	-- انواع ماشین دوخت صنعتی و خانگی (همه کاره و سردوز) و میاندوز
	۱۵	۱۵	۱۵	-انواع نخ مخصوص ماشین دوخت همه کاره خانگی و صنعتی
	۱۵	۱۵	۱۵	-انواع پایه ماشین دوخت همه کاره خانگی و صنعتی
	۱۵	۱۵	۱۵	-روش سرویس و نگهداری ماشین های دوخت همه کاره خانگی
				مهارت : Click or tap here to enter text.
	۱	۱	۱	--چیدمان صحیح یک کارگاه
	۱	۱	۱	- راه اندازی و تنظیم ماشین دوخت (پر کردن ماسوره ، نخ کردن
	۱	۱	۱	-انتخاب نخ ، سوزن، پایه (باتوجه به جنس پارچه) برای ماشین های
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here 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 : دقت در کار و کنترل کیفیت	
			-رعایت اخلاق حرفه ای	
			-صرفه جویی در زمان	
			ایمنی و بهداشت : Click or tap here to enter text.	
			- رعایت اصول ارگونومی	
			-استفاده از نور و فضای کافی	
			توجهات زیست محیطی : Click or tap here to enter text.	
			-جمع آوری نخ های اضافی در ظروف مخصوص و استفاده از آن در چرخه باز یافت	
			-جلوگیری از ریختن روغن ماشین دوخت در محیط کار	



	زمان آموزش			عنوان شایستگی : برش انواع رامپر یا (سرهمی) دخترانه
	جمع	عملی	نظری	
	۶	۴	۲	
تجهیزات ، ابزار ،				
خط کش - متر خیاطی - پیستوله -مداد -چسب کاغذی - رولت - خط کش منحنی - کاغذ الگو - گونیا کپسول آتش نشانی -جعبه کمک های اولیه -تخته وایت برد -تخته پاک کن -ماژیک وایت برد -قیچی برش -سنجاق ته گرد -میز مربی -صندلی مربی	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	دانش : روش محاسبه مقدار پارچه لازم برای برش انواع رامپر یا سرهمی برش رامپر یا سرهمی مدل مجلسی شیک دخترانه برش رامپر یا سرهمی مدل اسپرت دخترانه -برش رامپر یا سرهمی مدل تابستانه (نخی) دخترانه
				مهارت : ترسیم الگوی اولیه استین
	۱	۱	۱	نحوه محاسبه مقدار پارچه لازم برای انواع رامپر یا سرهمی دخترانه
	۱	۱	۱	نحوه برش رامپر یا سرهمی مدل مجلسی شیک دخترانه
	۱	۱	۱	نحوه برش رامپر یا سرهمی مدل اسپرت دخترانه
	۱	۱	۱	-نحوه برش رامپر یا سرهمی مدل تابستانه (نخی) دخترانه
Click or tap here to enter text.				نگرش : داشتن حد اقل ضایعات
				دقت در کار و کنترل کیفیت
				-جلوگیری از آسیب های ناشی از حوادث شغلی
				ایمنی و بهداشت : استفاده از وسایل حفاظت فردی (روپوش)
				استفاده از نور و فضای کافی
				-رعایت اصول ارگونومی هنگام برشکاری
				توجهات زیست محیطی :- مدیریت انرژی (صرفه جویی در مصرف انرژی)
				-جمع آوری کاغذهای باطله و نخ های اضافی در ظروف مخصوص و استفاده از آن در چرخه
				-تفکیک مواد زائد و دفع مناسب آنها



تجهیزات، ابزار	عنوان شایستگی :		
	دوخت انواع رامپر یا (سرهمی) دخترانه		
	نظری	عملی	جمع
	۲	۶	۸

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	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	دانش :
ماشین دوخت صنعتی (راسته دوز، سردوز) - ماشین دوخت خانگی (همه کاره، سردوز) - انواع پایه های ماشین دوخت صنعتی، همه کاره خانگی (پایه لب تو یا لب لول)	۳۰	۳۰	۳۰	روش دوخت رامپر یا سرهمی مدل مجلسی شیک دخترانه
	۳۰	۳۰	۳۰	روش دوخت رامپر یا سرهمی مدل اسپرت دخترانه
	۳۰	۳۰	۳۰	روش دوخت رامپر یا سرهمی مدل تابستانه(نخی)دخترانه
	۳۰	۳۰	۳۰	روش دوخت درزهاوبرشها وچین کش کردن وپاکدوزی واطونهایی
				مهارت: ترسیم الگوی اولیه استین
	۱	۱	۱	نحوه دوخت رامپر یا سرهمی مدل مجلسی شیک دخترانه
	۱:۳۰	۱:۳۰	۱:۳۰	نحوه دوخت رامپر یا سرهمی مدل اسپرت دخترانه
	۱:۳۰	۱:۳۰	۱:۳۰	نحوه دوخت رامپر یا سرهمی مدل تابستانه(نخی)دخترانه
	۲	۲	۲	نحوه دوخت درزهاوبرشها وچین کش کردن وپاکدوزی واطونهایی
				نگرش :-عدم استفاده از اتو در ساعات اوج مصرف برق
				دقت در کار و کنترل کیفیت و صرفه جویی در زمان، انرژی و مواد مصرفی
				-جلوگیری از آسیب های ناشی از حوادث شغلی
				ایمنی و بهداشت : استفاده از وسایل حفاظت فردی (روپوش)
				استفاده از نور و فضای کافی
				-رعایت اصول ارگونومی هنگام استفاده از ماشین دوخت و اتو
				توجهات زیست محیطی :- مدیریت انرژی(صرفه جویی در مصرف انرژی)
				-جمع آوری کاغذهای باطله و نخ های اضافی در ظروف مخصوص و استفاده از آن در چرخه بازیافت
				-تفکیک مواد زائد و دفع مناسب آنها



- 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	مروارید دار	۱۰ بسته
۵	پارچه مخصوص دوخت رامپر	کشباف، تریکو، تور، دانتل، حریر، نخی و...	از هر کدام ۳ متر
۶	رولت	دندان 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	نوارهای تزئینی	گیپوری، روبانی، نوار اریپ، حریرباریک و پهن	از هر کدام ۳ متر
۱۰	چسب	نواری، مایع وماتیکی	از هر کدام ۵ عدد
۱۱	مداد	HB	۱۵ عدد
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	نخ وزیپ هم رنگ پارچه	ابریشمی، مرسریزه و...	از چند رنگ متنوع
۱۶	لایه چسب	حریر، پرشین، زانفیکس و...	از هر کدام ۲ متر

توجه :



- منابع و نرم افزار های آموزشی

ردیف	عنوان منبع یا نرم افزار	مؤلف	مترجم	سال نشر	محل نشر	ناشر یا تولید کننده
۱	بچه گانه و دخترانه دوز					
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.

- 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.