



باسمه تعالی

مرکز تربیت مربی و پژوهش های فنی و حرفه ای

## پودمان آموزشی

گروه آموزشی: فناوری مد و لباس - صنایع دستی

عنوان پودمان: تبدیل سایز الگوی لباس زنانه

کد تخصصی: ITC-SE-489

تاریخ شروع اعتبار: ۱۴۰۱/۰۳/۱۱

تاریخ پایان اعتبار: ۱۴۰۶/۰۳/۱۱

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	افتاب قنبری صفری کوچی	کارشناس ارشد	طراحی پارچه	۳۰	درجه یک	Charfas1.gh@gmail.com
۲	محبوبه خارستانی	کارشناس ارشد	هنر	۲۰	درجه یک	Click or tap here to enter text.
۳	منصوره خارستانی	کارشناس ی ارشد	علوم تربیتی	۱۵	درج دو	Click or tap here to enter text.
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	کارشناس ی ارشد	شیمی- طراحی	۲۱	خبیره	مرکز تربیت مربی
۲	محبوبه مهاجری	کارشناس ی	پوشاک	۴۵	خبیره	تهران
۳	زهرا شکری	کارشناس ی	پوشاک	۳۱	خبیره	مرکزی
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

توانایی تبدیل سایز الگوی لباس زنانه	هدف های کلی پودمان
<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 type="checkbox"/> کارآموز آزاد	نوع گواهینامه
<input type="checkbox"/> منطقه ای <input checked="" type="checkbox"/> کشوری <input type="checkbox"/> دوره های بین المللی (کارآموزان خارجی)	گستره پوشش
Click or tap here to enter text.	پودمان / پودمان های پیش نیاز
ساعت آموزش نظری: ۱۰ ساعت ساعت آموزش عملی: ۲۰ ساعت جمع ساعات آموزش: ساعت	طول دوره
کارورزی: ساعت پروژه: ساعت کل: ۳۰	استاندارد مهارتی مرتبط
<input type="checkbox"/> کتبی و عملی <input type="checkbox"/> عملی <input checked="" type="checkbox"/> ارزشیابی حین دوره <input checked="" type="checkbox"/> پروژه	روش ارزشیابی
<input checked="" type="checkbox"/> مربی <input type="checkbox"/> مربی ماهر <input type="checkbox"/> ارشد مربی <input type="checkbox"/> استاد مربی <input type="checkbox"/> سایر	سطح مخاطبان پودمان
<input checked="" type="checkbox"/> حداقل مدرک تحصیلی: <input type="checkbox"/> سطح مربی: <input type="checkbox"/> سابقه آموزشی مرتبط:	ویژگیهای مدرس



## سر فصل های آموزشی

ردیف	عناوین
۱	رعایت ایمنی و بهداشت در محیط کار
۲	آشنایی و توانایی رسم و تبدیل سایز الگوی لباس از جدول استاندارد سایز بندی به الگوی شخصی
۳	شناخت و آشنایی با روشهای مختلف سایز در بالاتنه و آستین لباس زنانه
۴	تبدیل سایز الگوی شلوار و دامن زنانه
۵	Click or tap here to enter text.
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	
	۶	۴	۲	
تجهیزات ، ابزار ،				
<p>،میزکار ، تخته وایت برد ، صندلی- میز انواع خط کش های طراحی الگو ، انواع پیستولهی، پانچ - قیچی برش کاغذ - کاغذ الگو گراف ، روغنی گونیا ، مقوا،مازیک ،مداد پاکن ، مداد طراحی ،کاربن ،خط کش های فلزی و منحنی در اندازه های مختلف،متر ،میز کار ،میز نور کلید تجهیزات و ابزار الگو کشی ،</p>	Click or tap here to enter text.:			دانش :
				-عوامل زیان آور محیطی و محیط کار و نقش آن در بروز حوادث و
				-جعبه کمک های اولیه و انواع وسایل حفاظت فردی لزوم استفاده از
				-عوامل موثر بر بروز برق گرفتگی و انواع آتش و روش های استفاده
				-خطرات ناشی جاب جایی دستی بار از دیدگاه ارگونومیک
	Click or tap here to enter text.:			مهارت :
				-استفاده صحیح از ابزار، مواد، کالا و حمل آن ها
				-استفاده صحیح از جعبه کمک های اولیه
				-استفاده صحیح از وسایل حفاظت فردی
				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
				-جلوگیری از آسیب های ناشی از حوادث شغلی
	Click or tap here to enter text. :			ایمنی و بهداشت :
				- استفاده از نور و فضای کافی و استفاده از وسایل حفاظت فردی
				-رعایت اصول ارگونومی
	Click or tap here to enter text.:			توجهات زیست محیطی :
				-تفکیک مواد زائدو دفع مناسب آن ها
				--



	زمان آموزش			عنوان شایستگی : آشنایی و شناخت رسم الگو و تبدیل سایز الگوی لباس از استاندارد سایز بندی به الگوی شخصی
	جمع	عملی	نظری	
	۹	۷	۲	
تجهیزات ، ابزار ،				
میزکار ، تخته وایت برد ، صندلی- میز انواع خط کش های طراحی الگو ، انواع پیستوله‌ی ، پانچ - قیچی برش کاغذ - کاغذ الگو گراف ، روغنی گونیا ، مقوا، مازیک ،مداد پاکن ، مداد طراحی ،کاربن ،خط کش‌های فلزی و منحنی در اندازه‌های مختلف، متر ،میز کار ،میز نور کلید تجهیزات و ابزار الگو کشی ،				دانش : Click or tap here to enter text.:
				-آشنایی با الگوی بالاتنه ،دامن،استین، شلوار زنانه ،آشنایی با علائم
				-آشنایی با جداول سایز بندی ، اشعه ای ، تناسب، گروه بندی
				-شناخت و آشنایی با تبدیل الگوی استاندارد به الگوی شخصی
				Click or tap here to enter text.-
				مهارت : Click or tap here to enter text.:
				-توانایی کپی برداری از الگوی بالاتنه ،دامن،استین، شلوار
				-توانایی رسم جداول سایز بندی و شناخت تشابه و تفاوت آنها
				-توانایی نحوه تبدیل الگوی استاندارد به الگوی شخصی
				Click or tap here to enter text.-
Click or tap here to enter text.				نگرش : Click or tap here to enter text.:
				-آسان شدن روش دوخت
				-بالارفتن سرعت دوخت
				ایمنی و بهداشت : رعایت نکات ایمنی
				- رعایت اصول ارگونومی هنگام ترسیم الگو
				-استفاده از وسایل حفاظت فردی
				توجهات زیست محیطی : Click or tap here to enter text.:
				-جمع آوری کاغذ های باطله در ظروف مخصوص و استفاده از آن در چرخ ی بازیافت
				Click or tap here to enter text.-



	زمان آموزش			عنوان شایستگی :
	جمع	عملی	نظری	
	۷	۵	۲	
تجهیزات ، ابزار ،				شناخت و آشنایی با روش های مختلف تبدیل سایز در بالاتنه و آستین لباس زنانه
،میزکار ، تخته وایت برد ، صندلی- میز انواع خط کش های طراحی الگو ، انواع پیستولهی، پانچ - قیچی برش کاغذ - کاغذ الگو گراف ، روغنی گونیا ، مقوا،مازیک ،مداد پاکن ، مداد طراحی ،کاربن ،خط کش های فلزی و منحنی در اندازه های مختلف،متر ،میز کار ،میز نور کلیه تجهیزات و ابزار الگو کشی ،				<p>دانش : Click or tap here to enter text.</p> <p>-شناخت الگوی بالاتنه بانوان در اندازه های مختلف</p> <p>- شناخت تقسیم بندی خطوط عرضی و طولی به سه روش درجه</p> <p>-شناخت جدول سایز بندی بانوان</p> <p>-شناخت میزان درجه بندی در محلهای مختلف بالاتنه و آستین</p>
				<p>مهارت : Click or tap here to enter text.</p> <p>-توانایی الگوبرداری بالاتنه در اندازه های مختلف</p> <p>-توانایی تقسیم بندی خطوط به سه روش سه روش سایز بندی</p> <p>-توانایی استفاده از جداول سایز بندی بانوان و کپی برداری در</p> <p>-توانایی سایز بندی در محلهای مختلف بالاتنه</p>
Click or tap here to enter text.				<p>نگرش : Click or tap here to enter text.</p> <p>-آسان شدن روش دوخت و بالا رفتن سرعت دوخت</p> <p>-دقیق در آوردن سایز لباس شخص</p>
				<p>ایمنی و بهداشت : Click or tap here to enter text.</p> <p>- رعایت نکات ایمنی هنگام استفاده از قیچی برش</p> <p>-رعایت اصولی ارگونومی هنگام برش پارچه</p>
				<p>توجهات زیست محیطی : Click or tap here to enter text.</p> <p>-جمع آوری کاغذ های اضافی در ظروف مخصوص و استفاده از آن در چرخه ی بازیافت</p> <p>- Click or tap here to enter text.-</p>



	زمان آموزش			عنوان شایستگی :  تبدیل سایز الگوی شلوار و دامن زنانه
	جمع	عملی	نظری	
	۸	۶	۲	
تجهیزات ، ابزار ،				
میزکار ، تخته وایت برد ، صندلی- میز انواع خط کش های طراحی الگو ، انواع پیستوله ی ، پانچ - قیچی برش کاغذ - کاغذ الگو گراف ، روغنی گونیا ، مقوا، مازیک ، مداد پاکن ، مداد طراحی ، کاربن ، خط کش های فلزی و منحنی در اندازه های مختلف، متر ، میز کار ، میز نور کلیه تجهیزات و ابزار الگو کشی ،				دانش : نظری - آشنایی با میزان سایز بندی در الگوی شلوار محلهای کمر ، باسن ، - آشنایی با میزان سایز بندی در الگوی دامن در محلهای کمر - آشنایی با میزان سایز بندی در الگوی اندام غیر نرمان - شناخت تبدیل الگوی سایز بزرگ شناخت نحوه رسم زوایا جهت
				مهارت : Click or tap here to enter text.:
				- توانایی تبدیل سایز الگوی دامن از کوچکترین سایز به بزرگترین - توانایی تبدیل سایز الگوی اندام غیر نرمان توانایی رسم زوایا جهت - توانایی سایز بندی نمودن الگوها برای افراد چاق و خارج از اندازه - توانایی تبدیل سایز خطوط طولی ، عرضی ، منحنی ، برشهای
Click or tap here to enter text.				نگرش : Click or tap here to enter text.:
				- آسان شدن روش دوخت و بالا رفتن سرعت دوخت - دقیق در آوردن سایز لباس شخص
				ایمنی و بهداشت : Click or tap here to enter text. :
				- رعایت نکات ایمنی هنگام استفاده از قیچی برش - رعایت اصولی ارگونومی هنگام برش پارچه
				توجهات زیست محیطی : Click or tap here to enter text.:
				- جمع آوری کاغذ های اضافی در ظروف مخصوص و استفاده از آن در چرخه ی بازیافت
				Click or tap here to enter text. -



- برگه استاندارد تجهیزات، مواد ، ابزار

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد
۱	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
۲	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.
۴	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.
۶	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
۷	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
۸	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
۹	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
۱۰	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
۱۱	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
۱۲	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
۱۳	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
۱۴	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
۱۵	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
۱۶	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.


**– منابع و نرم افزار های آموزشی**

ردیف	عنوان منبع یا نرم افزار	مؤلف	مترجم	سال نشر	محل نشر	ناشر یا تولید کننده
۱	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
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	Click or tap here to enter text.
۲	Click or tap here to enter text.
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.