



باسمه تعالی

مرکز تربیت مربی و پژوهش های فنی و حرفه ای

## پودمان آموزشی

گروه آموزشی: فناوری مد و لباس - صنایع دستی

عنوان پودمان: طراحی و دوخت لباس عربی مردانه

کد تخصصی: ITC-SE-۴۹۲

تاریخ شروع اعتبار: ۱۴۰۱/۰۵/۰۲

تاریخ پایان اعتبار: ۱۴۰۶/۰۵/۰۲

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	صدیقه طرفی	کارشناسی	حسابدار ی	۱۲ سال	عالی	www.torfi403@gmail.com اهواز- کوی علوی-خیابان الهادی-مرکز امام
۲	لیلا دوام بد	کارشناسی	طراحی پوشاک	۱۶ سال	خبیره	مرکز شماره ۳۶ خواهران اندیمشک ۰۹۱۶۳۴۷۰۸۹۳
۳	الهه معتمدپور	کارشناسی	نرم افزار	۲۸	ارشد	کرمانشاه
۴	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to	Click or tap here	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	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	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	۲۰	خبیره	مرکز تربیت مربی کرج ۰۹۱۲۵۶۶۳۲۳۵
۲	محبوبه مهاجری	کارشناس ی	طراحی پوشاک	۴۵	خبیره	تهران
۳	فاطمه کریمی	کارشناس ی	طراحی پوشاک	۴۰	خبیره	تهران
۴	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to	Click or tap here	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	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	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

هدف های کلی پودمان	آشنایی با لباس عربی مردانه
نوع گواهینامه	<input checked="" type="checkbox"/> بازآموزی و ارتقاء مهارت <input type="checkbox"/> صنایع و سازمان ها <input type="checkbox"/> سرباز مربی <input type="checkbox"/> جدید الاستخدام <input checked="" type="checkbox"/> کارآموز آزاد
گستره پوشش	<input type="checkbox"/> منطقه ای <input checked="" type="checkbox"/> کشوری <input type="checkbox"/> دوره های بین المللی (کارآموزان خارجی)
پودمان / پودمان های پیش نیاز	Click or tap here to enter text.
طول دوره	ساعت آموزش نظری: ۱۰ ساعت ساعت آموزش عملی: ۲۰ ساعت جمع ساعات آموزش: ۳۰ ساعت کارورزی: ساعت پروژه: ساعت
استاندارد مهارتی مرتبط	
روش ارزشیابی	<input type="checkbox"/> کتبی <input type="checkbox"/> عملی <input checked="" type="checkbox"/> ارزشیابی حین دوره <input type="checkbox"/> کتبی و عملی <input checked="" type="checkbox"/> پروژه
سطح مخاطبان پودمان	<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
ویژگیهای مدرس	<input checked="" type="checkbox"/> حداقل مدرک تحصیلی: <input checked="" type="checkbox"/> سطح مربی: <input checked="" type="checkbox"/> سابقه آموزشی مرتبط:



## سر فصل های آموزشی

ردیف	عناوین
۱	رعایت ایمنی و بهداشت در محیط کار
۲	راه اندازی، سرویس و نگهداری ماشین های دوخت
۳	ترسیم الگوی لباس عربی مردانه
۴	برش لباس عربی مردانه
۵	دوخت لباس عربی مردانه
۶	Click or tap here to enter text.
۷	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				دانش : عوامل زیان اور محیطی ( فیزیکی)
جعبه کمک های اولیه				انواع وسایل حفاظت فردی و لزوم استفاده از آنها
رایانه				جعبه کمک های اولیه
سیستم تهویه				انواع آتش و روش های استفاده از خاموش کننده های دستی
دستکش یکبار مصرف				روش طبقه بندی ابزار کالا، مواد و حمل آنها
روپوش				مهارت : Click or tap here to enter text.:
میز مربی				استفاده صحیح از وسایل حفاظت فردی
صندلی مربی				استفاده صحیح از جعبه کمک های اولیه
تخته وایت برد				استفاده صحیح از خاموش کننده های دستی
تخته پاک کن				استفاده صحیح از ابزار کار، مواد، کالا و حمل آنها
ماژیک وایت برد				
ماسک				
Click or tap here to enter text.				نگرش : دقت در کار و کنترل کیفیت
				-جلوگیری از آسیب های ناشی از حوادث شغلی-
				-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 موادزائد 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				دانش : Click or tap here to enter text.
روپوش روغن ماشین دوخت				-- انواع ماشین دوخت صنعتی و خانگی (همه کاره و سردوز) و میاندوز
انواع ماشین دوخت خانگی				-انواع نخ مخصوص ماشین دوخت همه کاره خانگی و صنعتی
و صنعتی (راسته دوز-همه				-انواع سوزن ماشین دوخت همه کاره خانگی و صنعتی
کاره و سردوز) انواع نخ ماشین				-روش سرویس و نگهداری ماشین های دوخت همه کاره خانگی
های دوخت (مرسریزه، نایلونی				
، ابریشمی، پلی استر) انواع پایه				مهارت : Click or tap here to enter text.
های ماشین دوخت صنعتی				راه اندازی ماشین های دوخت صنعتی (راسته دوز و سردوز)- ماشین
و همه کاره خانگی از جمله				انتخاب سوزن ماشین های دوخت صنعتی (راسته
پایه لب لول یالب تو				انتخاب نخ ماشین های دوخت (مرسریزه، نایلونی، ابریشمی، و...)
				-سرویس و نگهداری ماشین های دوخت
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 : ترسیم الگوی لباس عربی مردانه Click or tap here to enter text. Click or tap here to enter text.
	جمع	عملی	نظری	
	۹	۶	۳	
تجهیزات ، ابزار ،				
دانش :				
خط کش - متر خیاطی -				- ملزومات الگوکشی (انواع کاغذ ترسیم الگو، انواع مداد، خط
پیستوله-مداد-چسب کاغذی- رولت- کاربن-خط کش منحنی- کاغذ الگو-				- روش اندازه گیری قسمت های مختلف اندام
گونیاصابون یا مل خیاطی				- روش ترسیم الگوی اساس دسداشه
کپسول آتش نشانی				- روش ترسیم الگوی پیژامه مردانه
-صندلی مربی -میز مربی				مهارت : Click or tap here to enter text.:
-صندلی کارآموز -تخته پاک کن -تخته وایت برد -جعبه کمک های اولیه -میز کارآموز -ماژیک وایت برد				انتخاب ملزومات الگوکشی (انواع کاغذ ترسیم الگو-انواع مداد-متر- اندازه گیری قسمت های مختلف اندام ترسیم الگوی اساس دسداشه ترسیم الگوی پیژامه مردانه
نگرش :داشتن حداقل ضایعات				
-دقت در کار و کنترل کیفیت و صرفه جویی در زمان، انرژی و مواد مصرفی و مصرف پارچه				
-جلوگیری از آسیب های ناشی از حوادث شغلی				
ایمنی و بهداشت : استفاده از وسایل حفاظت فردی (دستکش و روپوش)				
- 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 کاغذهای باطله در ظروف مخصوص و استفاده از آن در چرخه بازیافت				
-تفکیک مواد زائد و دفع مناسب آنها				



	زمان آموزش			عنوان شایستگی : برش لباس عربی مردانه
	نظری	عملی	جمع	
	۲	۴	۶	
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		دانش : انواع پارچه لباس و روش محاسبه مقدار پارچه با توجه به عرض آن روش برش دسداشه و انواع یقه (گرد، مردانه، سه سانتی) روش برش آستین و انواع مچ و سجاف ولایی روش برش پیژامه عربی مردانه		
		<b>مهارت : ترسیم الگوی اولیه آستین</b> انتخاب پارچه لباس و تعیین مقدار پارچه با توجه به عرض آن برش دسداشه و انواع یقه (گرد، مردانه، سه سانتی) برش آستین، انواع مچ، سجاف ولایی برش پیژامه عربی مردانه		
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 <b>ایمنی و بهداشت :</b> استفاده از وسایل حفاظت فردی (روپوش ) استفاده از نور و فضای کافی -رعایت اصول ارگونومی هنگام برشکاری <b>توجهات زیست محیطی :</b> - 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 لباس عربی مردانه		
	زمان آموزش	نظری	عملی
	جمع	۶	۸
		۲	

اتو(ساده، بخار مخزن دار، پرس خانگی) - میز اتو -ابزار اتوی کاپ و درز -ابزار اتوی چند کاره -بالشتک بیضی - ژانت - پارچه مخصوص اتوکشی - آب پاش		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 )		روش دوخت دسداشه ووصل انواع سجاف و یقه روش دوخت آستین وچاک و بیلیتی ومچ وروش رودوزی مچ و یقه روش دوخت جیب(داخلی و خارجی)وروش دوخت دکمه و جادکمه روش دوخت پیژامه مردانه وروش وصل کش ودوخت پاکتی
		مهارت: ترسیم الگوی اولیه آستین
		دوخت دسداشه ووصل انواع سجاف و یقه دوخت آستین وچاک و بیلیتی ومچ و رودوزی مچ و یقه دوخت جیب (داخلی و خارجی)ودوخت دکمه و جادکمه واتوکاری دوخت پیژامه مردانه ووصل وصل کش ودوخت پاکتی
		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 پایه بلند	۱۰ بسته
۵	پارچه مخصوص دوخت لباس عربی	تترون، ترگال، کتان، نخی و...	از هر کدام به میزان لازم
۶	رولت	دندانه دار وبدون دندانه	از هر کدام ۵ عدد
۷	متر	فلزی یا پلاستیکی	۱۵ عدد
۸	قیچی	مخصوص برش پارچه و کاغذ	از هر کدام ۵ عدد
۹	ماشین دوخت	راسته دوز	۲ دستگاه
۱۰	ماشین دوخت	سردوز	۵ دستگاه
۱۱	ماشین دوخت	همه کاره خانگی	۱ 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	اتو	بخار-پرس-سرد	از هر کدام ۲ عدد
۱۶	لایه چسب	سولیکا	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						
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	Click or tap here to enter text.
۲	
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.