



بسمه تعالی

مرکز ملی تربیت مربی و پژوهش های فنی و حرفه ای

## پودمان آموزشی

گروه آموزشی: فناوری مد و لباس - صنایع دستی

عنوان پودمان: سایزبندی صنعتی پیراهن و شلوار مردانه

کد تخصصی: ITC-SE-۵۲۲

تاریخ شروع اعتبار: ۱۴۰۲/۰۸/۰۳

تاریخ پایان اعتبار: ۱۴۰۷/۰۸/۰۳

معاونت پژوهش و برنامه ریزی مرکز ملی تربیت مربی  
کرج- میدان آزادگان- بلوار امام رضا (ع)- بلوار تربیت مربی- مرکز ملی 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 ملی 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	حسابداری	۱۳ سال	خبیره	<a href="mailto:www.torfi403@jmail.com">www.torfi403@jmail.com</a> اهواز- کوی علوی- خیابان الهادی- مرکز امام
۲	محمد رضانجفی آرانی	فوق لیسانس	نساجی	۲۵ سال	خبیره	<a href="mailto:MARNA1354@YAHOO.COM">MARNA1354@YAHOO.COM</a> ۰۹۱۳۳۶۱۶۵۹۴
۳	علی عبدالمهی	کارشناسی	مدیریت دولتی	۳۰ سال	خبیره	<a href="mailto:ali@9768jmail.com">ali@9768jmail.com</a> ۰۹۱۸۸۱۳۰۹۰۱
۴	فرشید رحمنی	کارشناسی	مکانیک	۲۵ سال	پایه	Farshid <a href="mailto:rahmany292@jmail.com">rahmany292@jmail.com</a> قنبر- تاکستان- خیابان هاشم- نژاد-
۵						
۶						

## 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 وفاپی نژاد	کارشناسی ارشد	شیمی- طراحی لباس	۲۰ سال	خبیره	مرکز تربیت مربی
۲	الهه معتمدپور	لیسانس	فناوری اطلاعات	۲۸ سال	ارشد	Ef.ghasedak@jmail.com کرمانشاه- اسلام آباد غرب- شهرک نیرو انتظامی-
۳	محبوبه مهاجری	کارشناسی	پوشاک	۴۳ سال	خبیره	تهران
۴						
۵						
۶						

## 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	هدف از اجرایی این دوره آموزشی آشنایی با سایزبندی صنعتی انواع پیراهن و شلوار مردانه می باشد.
نوع گواهینامه	<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
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	-
طول دوره	ساعت آموزش نظری: ۱۳    ساعت کارورزی:    ساعت ساعت آموزش عملی: ۱۷    پروژه:    ساعت جمع ساعات آموزش: ۳۰    ساعت
استاندارد مهارتی مرتبط	نازکدوز مردانه یا پیراهن دوز مردانه ( صنعتی ) ITC-SE-۱۴۱
روش ارزشیابی	<input type="checkbox"/> کتبی <input checked="" type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/> کتبی و عملی <input checked="" type="checkbox"/> ارزشیابی حین دوره <input 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: کارشناسی <input checked="" type="checkbox"/> سطح مربی: ارشد مربی <input checked="" type="checkbox"/> سابقه آموزشی مرتبط: حداقل ۵ سال



## سر فصل های آموزشی

ردیف	عناوین
۱	ترسیم الگوی پیراهن و شلوآر مردانه به روش صنعتی
۲	سایزبندی پیراهن و شلوآر مردانه به روش صنعتی
۳	روش های چیدمان سایزبندی پیراهن و شلوآر مردانه به روش صنعتی
۴	
۵	
۶	
۷	
۸	
۹	
۱۰	



	زمان آموزش			عنوان شایستگی :  ترسیم الگوی پیراهن و شلوار مردانه به روش صنعتی
	جمع	عملی	نظری	
	۱۰س	۶ساع	۴ساعت	
<b>تجهیزات ، ابزار ،</b>				
روپوش-ماسک-مداد-پاک	۵۴دق	۳۰د	۲۴دقیقه	دانش : ملزومات الگو کشی (انواع کاغذ ترسیم الگو، انواع مداد، خط
کن-خط کش-متر-کاغذ الگو-	۵۴دق	۳۰د	۲۴دقیقه	- روش ترسیم الگوی انواع شلوار مردانه (راسته، دم پاگشاده، پیلی دار
صندلی مربی-صندلی	۵۴دق	۳۰د	۲۴دقیقه	- ترسیم الگوی انواع جیب های (خارجی، داخلی) در پیراهن
کارآموز-میزمربی-میزکارآموز-	۵۴دق	۳۰د	۲۴دقیقه	- روش ترسیم الگوی آستین بانواع مچ، روش رسم الگوی انواع یقه
قیچی کاغذ-چسب(نواری	۵۴دق	۳۰د	۲۴دقیقه	- روش آشنایی با ویژگیهای انواع نرم افزارهای طراحی در روش صنعتی
ومایع) کاربن-میز نور-تخته	۵۴دق	۳۰د	۲۴دقیقه	
وایتبرد-ماژیک وایتبرد-تخته	۵۴دق	۳۰د	۲۴دقیقه	
پاک کن-رولت	۵۴دق	۳۰د	۲۴دقیقه	<b>مهارت :</b> Click or tap here to enter text.
	۱ساع	۳۰د	۳۰دقیقه	- انتخاب لوازم ترسیم الگو (انواع کاغذ ترسیم الگو، انواع مداد، خط
	۶۰دق	۳۰د	۳۰دقیقه	- الگوی انواع جیب های (خارجی، داخلی) در پیراهن و شلوار مردانه، انواع
	۶۰دق	۱ساع	۳۰دقیقه	- ترسیم الگوی آستین بانواع مچ، روش رسم الگوی انواع یقه
	۶۰دق	۱ساع	۳۰دقیقه	- بکارگیری انواع نرم افزارهای طراحی در روش صنعتی
Click or tap here to enter text.	۶۰دق	۱ساع	۳۰دقیقه	<b>نگرش :</b> Click or tap here to enter text.
	۶۰دق	۱ساع	۳۰دقیقه	- صرفه جویی در مصرف کاغذ الگو
	۶۰دق	۱ساع	۳۰دقیقه	- صرفه جویی در زمان
	۶۰دق	۱ساع	۳۰دقیقه	<b>ایمنی و بهداشت :</b> Click or tap here to enter text.
	۶۰دق	۱ساع	۳۰دقیقه	- استفاده از وسایل حفاظت فردی (روپوش-ماسک)
	۶۰دق	۱ساع	۳۰دقیقه	- رعایت اصول ارگونومی هنگام ترسیم الگو
	۶۰دق	۱ساع	۳۰دقیقه	<b>توجهات زیست محیطی :</b> Click or tap here to enter text.
	۶۰دق	۱ساع	۳۰دقیقه	- برگرداندن کاغذهای زائده چرخه بازیافت
	۶۰دق	۱ساع	۳۰دقیقه	- Click or tap here to enter text.



	زمان آموزش			عنوان شایستگی :
	جمع	عملی	نظری	
	۹ساع	۵ساع	۴ساعت	
تجهیزات ، ابزار ،				سایزبندی پیراهن و شلوارمردانه به روش صنعتی
روپوش-ماسک-متر-قیچی- میزبرش-صندلی کارآموز- سنجاق ته گردخط کش- کاربن-انواع پارچه(ترگال،پشمی،فاستونی ،کتان،تترون و...	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.:
	۹۰دقیقه	۵۰دقیقه	۴۰دقیقه	-روش استفاده ازاندازه های استانداردواندام درپیراهن و شلوارمردانه
	۹۰دقیقه	۵۰دقیقه	۴۰دقیقه	-روش استفاده ازجدول سایزبندی پیراهن وشلوارمردانه به روش
	۹۰دقیقه	۵۰دقیقه	۴۰دقیقه	-روش تبدیل کردن و سایزبه سایزکردن سایزهای پیراهن و شلواربه
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
	۹۰دقیقه	۵۰دقیقه	۴۰دقیقه	مهارت : Click or tap here to enter text.:
	۹۰دقیقه	۵۰دقیقه	۴۰دقیقه	-استفاده ازاندازه های استانداردواندام درپیراهن وشلوارمردانه به
	۹۰دقیقه	۵۰دقیقه	۴۰دقیقه	-استفاده ازجدول سایزبندی پیراهن وشلوارمردانه به روش تجاری
	۹۰دقیقه	۵۰دقیقه	۴۰دقیقه	-تبدیل کردن و سایزبه سایزکردن سایزهای پیراهن و شلواربه روش
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.-
Click or tap here to enter text.	۹۰دقیقه	۵۰دقیقه	۴۰دقیقه	نگرش : Click or tap here to enter text.:
	۹۰دقیقه	۵۰دقیقه	۴۰دقیقه	-صرفه جویی درزمان
	۹۰دقیقه	۵۰دقیقه	۴۰دقیقه	-صرفه جویی درمصرف پارچه
	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. :
	۹۰دقیقه	۵۰دقیقه	۴۰دقیقه	- استفاده ازوسایل حفاظت فردی(روپوش-ماسک)
	۹۰دقیقه	۵۰دقیقه	۴۰دقیقه	-رعایت نکات ایمنی هنگام استفاده ازقیچی وماشین دوخت
	۹۰دقیقه	۵۰دقیقه	۴۰دقیقه	توجهات زیست محیطی : Click or tap here to enter text.:
	۹۰دقیقه	۵۰دقیقه	۴۰دقیقه	Click or tap here to enter text.-
	۹۰دقیقه	۵۰دقیقه	۴۰دقیقه	-جمع آوری پارچه های اضافی درظروف مخصوص واستفاده از آن درچرخه بازیافت



	زمان آموزش			عنوان شایستگی :
	جمع	عملی	نظری	
	۱۱س	۶ساع	۵ساعت	
تجهیزات ، ابزار ،				روش های چیدمان سایزبندی پیراهن وشلوار مردانه به روش صنعتی
انواع قیچی				دانش : Click or tap here to enter text.
برقی (عمودبر، گردبر)-دستگاه های سوراخ کن (جیب و ساسون)-صابون خیاطی-وزنه های برش-میزبرش پارچه-	۵۰دقیقه	۳۰دقیقه	۲۰دقیقه	-روش تشخیص انواع پارچه(راه راه، مایل، عمودی، افقی، بافواصل
گیره های نگهدارنده پارچه	۵۰دقیقه	۳۰دقیقه	۲۰دقیقه	-روش چیدمان الگوهای پیراهن و شلوارباتوجه به سایزبندی و صرفه
روی میز-انواع پارچه -طاقه	۵۰دقیقه	۳۰دقیقه	۲۰دقیقه	-روش انتقال طرح الگوی موردنظرونقاط موازنه وعلامت های مرتبط
بازکن-قیچی دستی برش پارچه-روپوش-ماسک-متر-سنجاق ته گرد	۵۰دقیقه	۳۰دقیقه	۲۰دقیقه	-روش برش قطعات برحسب تولیدات واستفاده ازانواع ملزومات در
Click or tap here to enter text.				مهارت : Click or tap here to enter text.
	۲ساع	۶۰دقیقه	۶۰دقیقه	- تشخیص انواع پارچه(راه راه، مایل، عمودی، افقی، بافواصل مساوی
	۲۰دقیقه	۳۰دقیقه	۵۰دقیقه	-چیدمان الگوهای پیراهن و شلوارباتوجه به سایزبندی و صرفه جویی
	۲۰دقیقه	۳۰دقیقه	۵۰دقیقه	-انتقال طرح الگوی موردنظرونقاط موازنه وعلامت های مرتبط
	۲۰دقیقه	۳۰دقیقه	۶۰دقیقه	-برش قطعات برحسب تولیدات واستفاده ازانواع ملزوماتد برش اعم
	ت	قیقه		نگرش : Click or tap here to enter text.
				-صرفه جویی در مصرف نخ و پارچه
				-رعایت اخلاق حرفه ای
				ایمنی و بهداشت : Click or tap here to enter text.
				- استفاده از وسایل حفاظت فردی (روپوش و ماسک)
				- رعایت اصول ارگونومی هنگام برش واستفاده از ماشین دوخت
				توجهات زیست محیطی : Click or tap here to enter text.
				-جمع آوری نخ ها و پارچه های اضافی در ظروف مخصوص و برگرداندن آنها به چرخه ی بازیافت
				- Click or tap here to enter text.



- برگه استاندارد تجهیزات، مواد ، ابزار

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد
۱	دستگاه سوراخ کننده	جیب و ساسون	۱ عدد
۲	قیچی برقی	عمودبرگردبر	از هر کدام ۱ عدد
۳	میز کار آموز	۱۵۰*۸۰cm	۵ عدد
۴	سوزن ته گرد	پایه بلند	۱۰ بسته
۵	رولت	دندان دار و بدون دندان	از هر کدام ۷ عدد
۶	متر	پلاستیکی	از هر کدام ۷ عدد
۷	روپوش	نخی	۱ عدد
۸	ماسک	پزشکی	۱ عدد
۹	قیچی	برش کاغذ و پارچه	از هر کدام ۷ عدد
۱۰	مل	گچی	۷ عدد
۱۱	صندلی	چرمی	۱ عدد
۱۲	تخته	وایتبرد	۱ عدد
۱۳	ماژیک	در ۴ رنگ	از هر رنگ ۱ عدد
۱۴	تخته پاک کن	پلاستیکی موکتی	۱ عدد
۱۵	صندلی	کار آموز	۱ عدد
۱۶	کاغذالگو	پوستی	۲۰ عدد

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						
۳						

- 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	
۲	
۳	
۴	
۵	
۶	