



باسمه تعالی

مرکز تربیت مربی و پژوهشهای فنی و حرفه ای

پودمان آموزشی

گروه آموزشی: فناوری مد-لباس و صنایع دستی

عنوان پودمان: لباس محلی سیستان زنانه

کد تخصصی: ITC-SE-418

تاریخ شروع اعتبار: ۹۹/۰۸/۱۱

تاریخ پایان اعتبار: ۱۴۰۴/۰۸/۱۱

معاونت پژوهش و برنامه ریزی مرکز تربیت مربی

کرج- میدان آزادگان- بلوار امام رضا(ع)- بلوار تربیت مربی- مرکز تربیت مربی و پژوهشهای 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 پژوهشهای فنی و حرفه ای است."

اعضای کمیسیون تخصصی تدوین کننده



ردیف	نام و نام خانوادگی	مدرک تحصیلی	رشته تحصیلی	سابقه فعالیت مرتبط	سطح شغلی	آدرس، شماره تلفن، پست الکترونیک
۱	مینا صباغ چین	کارشناسی	دبیری زیست	۱۴		
		کاردانی	طراحی دوخت			
۲	سمیرا مافی	کاردانی	طراحی دوخت	۱۰		
۳						
۴						

اعضای کمیسیون تخصصی تایید کننده

ردیف	نام و نام خانوادگی	مدرک تحصیلی	رشته تحصیلی	سابقه فعالیت مرتبط	سطح شغلی	آدرس، شماره تلفن، پست الکترونیک
۱	مریم اسلامی	لیسانس	صنایع دستی	۱۸ سال		
۲	زینب وفایی نژاد	فوق لیسانس	شیمی	۲۰	خبیره	مرکز تربیت مربی
۳	نسرین قباد	لیسانس	صنایع دستی	۱۸ سال		مرکز خواهران کرج
۴						
۵						

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 نگرشهایی که کارکنان را قادر میسازد به صورتی اثربخش فعالیتهای مربوط به شغل و یا عملکردشغلی را طبق استانداردهای موردانتظار انجام دهند، شایستگی نامیده میشود

توانایی

به مجموعه ای از واکنش های ذهنی و عینی که شخص را برای انجام کاری مشخص در زمانی مشخص قادر میسازد، 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



آشنایی با الگو و برش و دوخت لباس سنتی زنانه سیستان	هدف های کلی پودمان
<input type="checkbox"/> صنایع و سازمان ها <input type="checkbox"/> سرباز مربی <input type="checkbox"/> کارآموز آزاد <input checked="" type="checkbox"/> بازآموزی و ارتقاء مهارت <input type="checkbox"/> جدید الاستخدام	نوع گواهینامه
<input type="checkbox"/> منطقه ای <input checked="" type="checkbox"/> کشوری <input type="checkbox"/> دوره های بین المللی (کارآموزان خارجی)	گستره پوشش
نازک دوز	پودمان / پودمان های پیش نیاز
ساعت آموزش نظری: ۵ ساعت ساعت آموزش عملی: ۲۵ ساعت جمع ساعات آموزش: ۳۰ ساعت کارورزی: ساعت پروژه: ساعت	طول دوره
لباس محلی سیستان زنانه	(استاندار شغل / شایستگی) کارآموزی مرتبط
<input type="checkbox"/> کتبی و عملی <input type="checkbox"/> پروژه <input checked="" type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/> ارزشیابی حین دوره	روش ارزشیابی
<input type="checkbox"/> مربی <input type="checkbox"/> مربی ماهر <input type="checkbox"/> ارشد مربی <input checked="" type="checkbox"/> استاد مربی <input type="checkbox"/> سایر: در صورتیکه داوطلب آزاد یا از سایر سازمان ها باشد	سطح مخاطبان پودمان
<input type="checkbox"/> حداقل مدرک تحصیلی: <input checked="" type="checkbox"/> سطح مربی: <input type="checkbox"/> سابقه آموزشی مرتبط: <input type="checkbox"/> صنعتگر / بخش خصوصی / دانشگاه:	ویژگیهای مدرس

سر فصل های آموزشی:



ردیف	عناوین
۱	ترسیم الگوی لباس زنانه سیستان
۲	برش لباس زنانه سیستان
۳	دوخت لباس زنانه سیستان
۴	تزئین لباس زنانه سیستان
۵	

عنوان شایستگی : ترسیم الگوی لباس زنانه سیستان	زمان آموزش
---	------------



	جمع	عملی	نظری	
	7	5	2	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
کیسول آتش نشانی جعبه کمک های اولیه تخته وایت برد رایانه تخته پاک کن صندلی کارآموز میز مربی صندلی مربی روپوش روغن ماشین دوخت بیج گوستی برس انواع ماشین دوخت (راسته دوز، همه کاره خانگی، سردوز) انواع سوزن ماشین های دوخت انواع نخ ماشین های دوخت انواع پایه مخصوص ماشین دوخت (ساده دوزی، جادکمه، سردوز، لول و ...)				دانش :
				- روش ترسیم الگویی کلاه
				- روش ترسیم الگویی جلیقه
				- روش ترسیم الگویی کت یانیم تنه (آرخالق)
				- روش ترسیم الگویی قبا
				مهارت :
				- ترسیم الگویی آستین لباس (ساده، سه تکه، مچی، تریز)
				- ترسیم الگویی جیب لباس ترسیم الگویی کت یانیم تنه (آرخالق)
				- ترسیم الگویی شلوار (کوئنه، گشاده، نمون چرخي)
				- ترسیم الگویی دامن (نمو، نمون، شکاد)
				- ترسیم الگویی آستری لباس
				- ترسیم الگویی روسری (چارقد، منجیل)
				- ترسیم الگویی کلاه ترسیم الگویی قبا ترسیم الگویی جلیقه
				- صرفه جویی در مصرف کاغذ الگو
				- صرفه جویی در زمان
				ایمنی و بهداشت :
				- استفاده از وسایل حفاظت فردی
				- رعایت اصول ارگونومی هنگام ترسیم الگو
				توجهات زیست محیطی :
				- جمع آوری کاغذهای باطله در ظروف مخصوص و استفاده از آن در چرخه بازیافت

عنوان شایستگی :	زمان آموزش
-----------------	------------



		جمع	عملی	نظری	برش لباس سیستانی زنانه
		۵	۴	۱	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی		دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
ماشین دوخت					دانش :
ماشین دوخت			1		-روش برش آستین لباس (مچی،سه تکه ،تریز)
میز کار آموز					-روش برش جیب لباس
کپسول آتش نشانی					-روش برش شلوار (کوئنه، گشاد،ثمن چرخي)
تخته وایت برد					-روش برش دامن(ثمن،ثمن شکاد)
ماشین دوخت					-روش برش آستری لباس
صندلی کار آموز					-روش برش لچک و روسری(چارقد،منجیل)
صندلی مربی					-روش برش چادر(ساده،جاو □ند،دولاق)
میز مربی					-روش برش کلاه--روش برش جلیقه
اتو و ملزومات آن					-روش برش کت یانیم تنه (آر خالق) روش برش قبا
پایه ماشین دوخت					مهارت :
جعبه کمکهای اولیه		4			- برش بالاتنه لباس(پیئر) راسته، پاچین، دوگربونه، بلند، اسلامی لچک و روسری
					-برش آستین لباس (ساده،سه تکه، مچی، تریز)
					-- برش جیب لباس چادر کلاه کت یانیم تنه
					نگرش :
					-صرفه جویی در زمان
					-- صرفه جویی در مصرف پارچه
					ایمنی و بهداشت :
					- استفاده از وسایل حفاظت فردی(روپوش)
					- رعایت اصول ارگونومی در هنگام برش پارچه
					- رعایت نکات ایمنی در هنگام استفاده از قیچی برش
					توجهات زیست محیطی :
					-- جمع آوری پارچه های اضافی در ظروف مخصوص و استفاده از آن در چرخه بازیافت



	زمان آموزش			عنوان شایستگی : دوخت لباس زنانه سیستانی
	جمع	عملی	نظری	
	۱۸	۱۷	۱	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتب			
ماشین دوخت				دانش :
ماشین دوخت			1	- روش دوخت جیب لباس
میز کار آموز				- روش دوخت شلوار (کوئنه، گشاد، ثمنون چرخي)
کپسول آتش نشانی				- روش دوخت دامن (ثمنو ، ثمنون شکاد)
تخته وایت برد				- روش دوخت آستری لباس
ماشین دوخت				- روش دوخت لچک، و روسری
صندلی کار آموز				- روش دوخت چادر (ساده، جاوند، دولاق)
صندلی مربی				- روش دوخت کلاه-- روش دوخت جلیقه
میز مربی				- روش دوخت قبا - روش اتو کاری قسمت های مختلف لباس
اتو و ملزومات آن				- روش دوخت نیم تنه یا کت (آر خالق)
پایه ماشین دوخت				مهارت :
جعبه کمکهای اولیه		۱۷		-- دوخت بالاتنه لباس (پینر) راسته، پاچین، دوگر بونه، بلند، اسلامی
				- دوخت آستین لباس (سه تکه، مچی، تریز)
				- دوخت جیب لباس شلوار - دامن
				- دوخت شلوار (کوئنه، گشاد، ثمنون چرخي)
نگرش :				
-- صرفه جویی در مصرف نخ				
ایمنی و بهداشت :				
- استفاده از وسایل حفاظت فردی (روپوش)				
- رعایت اصول ارگونومی هنگام استفاده از ماشین دوخت				
- رعایت نکات ایمنی هنگام استفاده از ماشین های دوخت				
توجهات زیست محیطی :				
-- جمع آوری نخ های اضافی در ظروف مخصوص و استفاده از آن در چرخه بازیافت				



	زمان آموزش			عنوان شایستگی : تزئین لباس سیستانی
	جمع	عملی	نظری	
	۱۰	۹	۱	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتب			
ماشین دوخت				دانش :
ماشین دوخت		۱	- انواع نخ های تزئینی با توجه به نوع پارچه (دمسه، گلابتون، ابریشم، عمامه، کاموا)	
میز کار آموز			- انواع قیطان و یراق	
کپسول آتش نشانی			- روش دوخت قیطان و یراق روی لباس	
تخته وایت برد			- روش دوخت تزئینات (سیاه دوزی، تور سرمه، خامه دوزی)	
ماشین دوخت				مهارت :
صندلی کار آموز			- انتخاب نخ های تزئینی با توجه به نوع پارچه (دمسه، گلابتون، ابریشم، عمامه، کاموا)	
صندلی مربی		۹	- انتخاب قیطان و یراق با توجه به نوع پارچه	
میز مربی			- دوخت قیطان و یراق روی لباس	
اتو و ملزومات آن			- دوخت تزئینات (سیاه دوزی، تور سرمه ، خامه دوزی) روی لباس	
پایه ماشین دوخت				نگرش :
جعبه کمک های اولیه				- صرفه جویی در مواد مصرفی
				ایمنی و بهداشت :
				- استفاده از وسایل حفاظت فردی (روپوش) - رعایت نکات ایمنی هنگام استفاده از سوزن
				توجهات زیست محیطی :
				- جمع آوری مواد مصرفی در ظروف مخصوص و استفاده از آن در چرخه بازیافت



- برگه استاندارد تجهیزات، مواد ، ابزار

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد
۱	ماشین دوخت	سردوز صنعتی	۳
۲	ماشین دوخت	راسته دوز	۵
۳	میز کار آموز	۱۵۰×۶۰سانتی متر	۸
۴	کپسول آتش نشانی	پودر خشک ۶ کیلویی	۱
۵	تخته وایت برد	۲۰۰×۱۰۰	۱
۶	ماشین دوخت	همه کاره خانگی	۷
۷	صندلی کار آموز	متحرک با ارتفاع قابل تغییر	۱۵
۸	صندلی مربی	چرمی	۱
۹	میز مربی	چوبی	۱
۱۰	اتو و ملزومات آن	اتو بخار، پرس، سرد- انواع بالشتک	از هر کدام ۳
۱۱	پایه ماشین دوخت	ساده دوزی ، جادکمه ، سردوز برای انواع ماشینهای دوخت	از هر کدام ۵
۱۲	جعبه کمکهای اولیه	سری کامل تجهیزات استاندارد	۱ جعبه
۱۳			
۱۴			
۱۵			
۱۶			
۱۷			
۱۸			
۱۹			
۲۰			
۲۱			
۲۲			

توجه :

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



- منابع و نرم افزار های آموزشی

ردیف	عنوان منبع یا نرم افزار	مولف	مترجم	سال نشر	محل نشر	ناشر یا تولید کننده
۱						
۲						
۳						
۴						
۵						
۶						

فهرست سایت های قابل استفاده در آموزش پودمان

ردیف	
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	
۶	