



## باسمه تعالی

مرکز تربیت مربی و پژوهش های فنی و حرفه ای

## پودمان آموزشی

گروه آموزشی: فناوری مد و لباس - صنایع دستی

عنوان پودمان: الگوساز کت مردانه

کد تخصصی: ITC-SE-362/1

تاریخ شروع اعتبار: 1400/03/08

تاریخ پایان اعتبار: 1405/03/08

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	زینب جرفی	کارشناسی	حسابداری	۱۸	ارشد	مرکز اهواز
۲	زینب موسوی	کارشناسی	ریاضی کاربردی-	۱۰ سال	ارشد	مرکز دشت آزادگان
۳	لیلا دوام بعد	کارشناسی	طراح پوشاک	۱۵ سال	خبیره	مرکز اندیمشک
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 وفايي نژاد	کارشناسی ارشد	شیمی- طراحی	۲۰	خبیره	مرکز تربیت مربی
۲	مهدی بیات	Click or tap here to	Click or tap here to	۲۵ سال	خبیره	صنایع - مشهد
۳	فرخ پیشوایی	Click or tap here to	Click or tap here to	۴۰ سال	خبیره	صنایع - استان البرز
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



آشنایی مربیان با الگوسازی کت مردانه	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 checked="" 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: ۵ ساعت    کارورزی: ساعت ساعت آموزش عملی: ۲۵ ساعت    پروژه: ساعت جمع ساعات آموزش: ۳۰ ساعت	طول دوره
ضخیم دوز مردانه	استاندارد مهارتی مرتبط
<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	روش ارزشیابی
<input 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	سطح مخاطبان پودمان
<input type="checkbox"/> حداقل مدرک تحصیلی: <input checked="" type="checkbox"/> سطح مربی: <input checked="" type="checkbox"/> سابقه آموزشی مرتبط:	ویژگیهای مدرس

## سر فصل های آموزشی



ردیف	عناوین
۱	رعایت ایمنی و بهداشت در محیط کار
۲	شناخت آناتومی بدن و اندازه گیری اندام
۳	اساس الگوی اولیه کت و طراحی انواع مدل های کت
۴	طراحی انواع یقه - استین و جیب
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 : رعایت ایمنی و بهداشت در محیط کار
	جمع	عملی	نظری	
	۲	۱	۱	
تجهیزات ، ابزار ،				
کپسول آتش نشانی	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	۱	دانش : عوامل زیان اور محیطی ( فیزیکی)
جعبه کمک های اولیه	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.-
رایانه	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.-
سیستم تهویه	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.-
دستکش یکبار مصرف	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.-
روپوش	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.	مهارت : 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.	-استفاده صحیح از ابزار، مواد و کالاو حمل آن ها
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-استفاده صحیح از جعبه کمک های اولیه-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-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.	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
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-جلوگیری از آسیب های ناشی از حوادث شغلی-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-صرفه جویی در استفاده از مواد مصرفی ،انرژی و زمان-
	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.-
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	- استفاده از نور و فضای کافی
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-رعایت اصول ارگونومی
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	توجهات زیست محیطی : 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.	-تفکیک موادزائد و دفع مناسب آن ها
	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.-



	زمان آموزش			عنوان شایستگی :  اندازه گیری و شناخت آناتومی بدن
	جمع	عملی	نظری	
	۳	۲	۱	
تجهیزات ، ابزار ،				
متر خیاطی - خط کش - جدول سایز بندی - کرسله -	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.:
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	۳۰ to enter text.	-روش اندازه گیری قسمت های مختلف اندام(اصلی، فرعی- )
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	۱۵	-ویژگی اندازه های استاندارد
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	۱۵	-ویژگی های اندام های غیراستاندارد
	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.	مهارت : 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.	-اندازه گیری قسمت های مختلف اندام
	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.	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.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	نگرش : دقت در کار و کنترل کیفیت
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-رعایت اخلاق حرفه ای
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-صرفه جویی در زمان
	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. :
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	- رعایت اصول ارگونومی
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-استفاده از نور و فضای کافی
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	توجهات زیست محیطی : 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.	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.-



	زمان آموزش			عنوان شایستگی : ترسیم الگوی اساس کت
	جمع	عملی	نظری	
	۱۵	۱۱	۴	
تجهیزات ، ابزار ،				
خط کش- متر خیاطی - پیستوله-مداد-چسب کاغذی- رولت- کاربن-خط کش منحنی- کاغذ الگو- گونیا	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	۱	دانش :طراحی اساس الگوی اولیه بالاتنه کت کلاسیک
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	۱	-طراحی اساس الگوی اولیه بالاتنه کت اندامی
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	۱	-طراحی اساس الگوی اولیه بالاتنه کت فیت
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	۱	-طراحی اساس الگوی اولیه بالاتنه کت آزاد
	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.	مهارت :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.	-ترسیم اساس الگوی اولیه بالاتنه کت کلاسیک
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-ترسیم اساس الگوی اولیه بالاتنه کت اندامی
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-ترسیم اساس الگوی اولیه بالاتنه کت فیت
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-ترسیم اساس الگوی اولیه بالاتنه کت آزاد
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 :داشتن حداقل ضایعات
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-دقت در کار و کنترل کیفیت
	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.	ایمنی و بهداشت : 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.	- رعایت اصول ارگونومی
	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.	توجهات زیست محیطی :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.	-جمع آوری کاغذهای باطله در ظروف مخصوص و استفاده از آن در چرخه بازیافت
	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.-



	زمان آموزش			عنوان شایستگی :  طراحی انواع یقه - استین و جیب
	جمع	عملی	نظری	
	۱۰	۷	۳	
تجهیزات ، ابزار ،				
خط کش- متر خیاطی - پیستوله-مداد-چسب کاغذی- رولت- کاربن-خط کش منحنی- کاغذ الگو- گونیا	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	دانش :الگوی اولیه استین و جیب
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	۱ to enter text.	-الگوی اولیه استین مچ پیلی باز (چاک باز)-استین آزاد -جیب رو
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	۱	-الگوی اولیه استین چاک بسته - استینهای چسب - جیب نقاب
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	۱	-الگوی اولیه بدون چاک- پاگن دار و آرنج دار -جیب فیلتاب
	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.		مهارت :ترسیم الگوی اولیه استین
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-ترسیم الگوی اولیه استین مچ دار پیلی باز (چاک باز) - جیب رو
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-ترسیم الوی اولیه استین چاک بسته - استینهای چسب - جیب
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	ترسیم الگوی اولیه استین بدون چاک - پاگن دار و آرنج دار- جیب فیلتاب
	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.	Click or tap here to enter text.	نگرش :داشتن حد اقل ضایعات
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	دقت در کار و کنترل کیفیت
	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.	ایمنی و بهداشت : 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.	استفاده از نور و فضای کافی
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	-رعایت اصول ارگونومی
	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.	توجهات زیست محیطی : 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.	-جمع آوری کاغذهای باطله در ظروف مخصوص و استفاده از آن در چرخه بازیافت
	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.-



## - 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	وزنه	فلزی	۲۰ عدد
۵	گیره	در اندازه های مختلف	از هر کدام ۵ عدد
۶	رولت	دندانه دار و بدون 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	سوزن ته گرد	بلند و تیز برای پارچه	۶ بسته
۱۰	چسب	نواری، مایع و ماتیکی	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	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.

توجه :



## - منابع و نرم افزار های آموزشی

ردیف	عنوان منبع یا نرم افزار	مؤلف	مترجم	سال نشر	محل نشر	ناشر یا تولید کننده
۱	الگو و برش به روش متری لباس مردانه	وینفرد آلد ریچ	نیره یونسی	۱۳۷۸	تهران	نشر قطره
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.			

- 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	<a href="http://www.aparat.com">http://www.aparat.com</a>
۲	<a href="http://film.tebyan.net">http://film.tebyan.net</a>
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.