

معاونت پژوهش، برنامه‌ریزی و سنجش مهارت
دفتر پژوهش، طرح و برنامه‌ریزی درسی

استاندارد آموزش شایستگی

خود مراقبتی افراد نابینا و کم بینا

گروه شغلی

بهداشت و ایمنی

کد ملی آموزش شایستگی

۵	۳	۲	۲	۲	۰	۴	۷	۰	۰	۱	۰	۰	۱	۱
ISCO-08				سطح مهارت	شناسه گروه			شناسه شغل			شناسه شایستگی		نسخه	

تاریخ تدوین استاندارد: ۱۳۹۹/۵/۱۱

نظارت بر تدوین محتوا و تصویب استاندارد: دفتر پژوهش، طرح و برنامه‌ریزی درسی

کد ملی شناسایی آموزش شایستگی: ۵۳۲۲۲۰۴۷۰۰۱۰۰۱۱

اعضاء کارگروه برنامه‌ریزی درسی: بهداشت و ایمنی					
ردیف	نام و نام خانوادگی	آخرین مدرک تحصیلی	رشته تخصصی	شغل و سمت	سابقه کار
۱	فاطمه کرمانی	دیپلم تجربی	گریم	موسس، مدیر و مربی آموزشگاه مراقبت و زیبایی	۲۲ سال
۲	اعظم بهرامی	کارشناسی	کودکان استثنایی	روان شناس کودکان استثنایی	۳۰ سال
۳	رحمت الله معمار اردستانی	کارشناسی	کودکان استثنایی	بازنشسته آموزش و پرورش	۳۰ سال
۴	عباس حسینی	کارشناسی	گرایش نابینایان	معاون انجمن نابینایان ایران	۲۵ سال
۵	بابک راد	دکتر	پزشکی	موسس، مدیر آموزشگاه مراقبت و زیبایی و بهداشت و ایمنی	۱۸ سال
۶	زیبا یآوری	کارشناسی	زبان و ادبیات فارسی	دبیر کارگروه برنامه‌ریزی درسی بهداشت و ایمنی	۲۸ سال

کلیه حقوق مادی و معنوی این استاندارد متعلق به سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور بوده و هرگونه سوء استفاده مادی و معنوی از آن موجب پیگرد قانونی است.

آدرس: دفتر پژوهش، طرح و برنامه‌ریزی درسی

تهران، خیابان آزادی، نبش خیابان خوش جنوبی، سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور

دورنگار ۶۶۵۸۳۶۵۸

تلفن ۶۶۵۸۳۶۲۸

آدرس الکترونیکی: rpc@irantvto.ir

تعاریف :

استاندارد شغل :

مشخصات شایستگی‌ها و توانمندی‌های مورد نیاز برای عملکرد موثر در محیط کار را گویند در بعضی از موارد استاندارد حرفه‌ای نیز گفته می‌شود.

استاندارد آموزش :

نقشه‌ی یادگیری برای رسیدن به شایستگی‌های موجود در استاندارد شغل.

نام یک شغل :

به مجموعه‌ای از وظایف و توانمندی‌های خاص که از یک شخص در سطح مورد نظر انتظار می‌رود اطلاق می‌شود.

شرح شغل :

بیانیه‌ای شامل مهم‌ترین عناصر یک شغل از قبیل جایگاه یا عنوان شغل، کارها ارتباط شغل با مشاغل دیگر در یک حوزه شغلی، مسئولیت‌ها، شرایط کاری و استاندارد عملکرد مورد نیاز شغل.

طول دوره آموزش :

حداقل زمان و جلسات مورد نیاز برای رسیدن به یک استاندارد آموزشی.

ویژگی کارآموز ورودی :

حداقل شایستگی‌ها و توانایی‌هایی که از یک کارآموز در هنگام ورود به دوره آموزش انتظار می‌رود.

کارورزی:

کارورزی صرفاً در مشاغلی است که بعد از آموزش نظری یا همگام با آن آموزش عملی به صورت محدود یا با ماکت صورت می‌گیرد و ضرورت دارد که در آن مشاغل خاص محیط واقعی برای مدتی تعریف شده تجربه شود. (مانند آموزش یک شایستگی که فرد در محل آموزش به صورت تئوریک با استفاده از عکس می‌آموزد و ضرورت دارد مدتی در یک مکان واقعی آموزش عملی ببیند و شامل بسیاری از مشاغل نمی‌گردد.)

ارزشیابی :

فرآیند جمع‌آوری شواهد و قضاوت در مورد آنکه یک شایستگی بدست آمده است یا خیر، که شامل سه بخش عملی، کتبی عملی و اخلاق حرفه‌ای خواهد بود.

صلاحیت حرفه‌ای مربیان :

حداقل توانمندی‌های آموزشی و حرفه‌ای که از مربیان دوره آموزش استاندارد انتظار می‌رود.

شایستگی :

توانایی انجام کار در محیط‌ها و شرایط گوناگون به طور موثر و کارا برابر استاندارد.

دانش :

حداقل مجموعه‌ای از معلومات نظری و توانمندی‌های ذهنی لازم برای رسیدن به یک شایستگی یا توانایی که می‌تواند شامل علوم پایه (ریاضی، فیزیک، شیمی، زیست شناسی)، تکنولوژی و زبان فنی باشد.

مهارت :

حداقل هماهنگی بین ذهن و جسم برای رسیدن به یک توانمندی یا شایستگی. معمولاً به مهارت‌های عملی ارجاع می‌شود.

نگرش :

مجموعه‌ای از رفتارهای عاطفی که برای شایستگی در یک کار مورد نیاز است و شامل مهارت‌های غیر فنی و اخلاق حرفه‌ای می‌باشد.

ایمنی :

مواردی است که عدم یا انجام ندادن صحیح آن موجب بروز حوادث و خطرات در محیط کار می‌شود.

توجهات زیست محیطی :

ملاحظات است که در هر شغل باید رعایت و عمل شود که کمترین آسیب به محیط زیست وارد گردد.

نام استاندارد آموزش شایستگی:	
خود مراقبتی افراد نابینا و کم بینا	
شرح استاندارد آموزش شایستگی :	
خود مراقبتی افراد نابینا و کم بینا شایستگی است در حوزه بهداشت و ایمنی که شامل کارهای رعایت بهداشت فردی و محیطی ، انجام مراقبت های جسمانی و روانی ، مراقبت از پوست ، مراقبت از مو و مراقبت از ناخن دست و پا را انجام می دهد و با استاندارد مراقب امور بهداشت و سلامت خانواده در ارتباط است.	
ویژگی های کارآموز ورودی :	
حداقل میزان تحصیلات : پایان دوره اول متوسطه (پایان دوره راهنمایی) حداقل توانایی جسمی و ذهنی : داشتن سلامت کامل جسمی و ذهنی مهارت های پیش نیاز : ندارد	
طول دوره آموزش :	
طول دوره آموزش	: ۵۰ ساعت
- زمان آموزش نظری	: ۱۲ ساعت
- زمان آموزش عملی	: ۳۸ ساعت
- زمان کارورزی	: -- ساعت
- زمان پروژه	: -- ساعت
بودجه بندی ارزشیابی (به درصد)	
- کتبی : ۲۵%	
- عملی : ۶۵%	
- اخلاق حرفه ای : ۱۰%	
صلاحیت های حرفه ای مربیان :	
- فوق دیپلم روانشناسی با ۲ سال سابقه کار مرتبط و آشنایی با خط بریل	
- دیپلم با ۱۰ سال سابقه کار مرتبط و آشنایی با خط بریل	

* توجه : تمام موارد آموزشی با استفاده از خط بریل و فایل های صوتی انجام می شود.

* تعریف دقیق استاندارد (اصطلاحی):

خود مراقبتی افراد نابینا و کم بینا کارهایی از قبیل رعایت بهداشت فردی و محیطی ، مراقبت های جسمانی و روانی ، مراقبت از پوست ، مراقبت از موی سر و مراقبت از ناخن دست و پا را انجام می دهد .

* اصطلاح انگلیسی استاندارد (اصطلاحات مشابه جهانی):

Self-care of blind and partially sighted people

* مهم ترین استانداردها و رشته های مرتبط با این استاندارد:

-مراقب امور بهداشت و سلامت خانواده

* جایگاه استاندارد شغلی از جهت آسیب شناسی و سطح سختی کار:

- | | | |
|----------------------|-------------------------------------|----------------------------------|
| طبق سند و مرجع | <input type="checkbox"/> | الف : جزو مشاغل عادی و کم آسیب |
| طبق سند و مرجع | <input type="checkbox"/> | ب : جزو مشاغل نسبتاً سخت |
| طبق سند و مرجع | <input type="checkbox"/> | ج : جزو مشاغل سخت و زیان آور |
| | <input checked="" type="checkbox"/> | د : نیاز به استعلام از وزارت کار |

استاندارد آموزش شایستگی

- کارها

ردیف	عناوین	ساعت آموزش		
		نظری	عملی	جمع
۱	رعایت بهداشت فردی و محیطی	۲	۸	۱۰
۲	انجام مراقبت های جسمانی و روانی	۴	۶	۱۰
۳	مراقبت از پوست	۲	۸	۱۰
۴	مراقبت از موی سر	۲	۸	۱۰
۵	مراقبت از ناخن دست و پا	۲	۸	۱۰
جمع ساعات		۱۲	۳۸	۵۰

	زمان آموزش			عنوان :
	جمع	عملی	نظری	
	۱۰	۸	۲	
تجهیزات، ابزار، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش، مهارت، نگرش، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			رعایت بهداشت فردی و محیطی
صندلی کارآموز				دانش :
میز مربی				- تعریف بهداشت فردی و محیطی
صندلی مربی				- انواع بیماری و علل ایجاد آن
کامپیوتر				- راه ها و روش های پیشگیری از بیماری ها
Cd آموزشی صوتی				-انواع مواد شوینده و ضد عفونی کننده (فردی و محیطی)
جعبه کمک های اولیه				مهارت :
مواد شوینده دست				-پیشگیری از ابتلا به بیماری ها
مواد ضدعفونی کننده				- استفاده از مواد شوینده و ضد عفونی کننده دست
کپسول آتش نشانی				- استفاده از مواد شوینده و ضد عفونی کننده محیط
خوشبو کننده				-استفاده از خوشبو کننده ها برای فرد و محیط
دستکش یکبار مصرف				نگرش :
ماسک یکبار مصرف				-توجه به سلامت افراد
لباس کار مناسب				- پیشگیری از بروز بیماری
کفش مناسب				-کمک به اقتصاد خانواده
تی جاروب				- صرفه جویی در مواد مصرفی ،زمان و انرژی
سطل زباله دربار				-رعایت اخلاق حرفه ای
				ایمنی و بهداشت :
				- رعایت بهداشت فردی و عمومی در محیط کار
				-استفاده از دستکش و ماسک یکبار مصرف ، لباس کار مناسب و کفش مناسب
				- رعایت ارگونومی هنگام کار
				توجهات زیست محیطی :
				- تفکیک مناسب پسماند و دفع صحیح آن

	زمان آموزش			عنوان : انجام مراقبت های جسمانی و روانی
	جمع	عملی	نظری	
	۱۰	۶	۴	
تجهیزات، ابزار، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش، مهارت، نگرش، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
صندلی کارآموز صندلی مربی میز مربی کامپیوتر cd آموزشی صوتی جعبه کمک های اولیه کپسول آتش نشانی				دانش :
				- استرس و فشار کار
				- روش های کم کردن استرس
				-انواع خستگی و روش های پیشگیری از آن
				-روش های انجام حرکات ورزشی آسان
				مهارت :
				-جلوگیری از ایجاد استرس و خستگی
				-ایجاد محیط شاد و به دور از استرس
				-انجام حرکات ورزشی آسان
				نگرش :
			-توجه به سلامت افراد	
			-کمک به اقتصاد خانواده	
			-صرفه جویی در مواد مصرفی ،زمان و انرژی	
			- ایجاد اعتماد به نفس در افراد	
			-پرهیز از دخالت در امور پزشکی	
			-رعایت اخلاق حرفه ای	
			ایمنی و بهداشت :	
			- رعایت بهداشت فردی و عمومی در محیط کار	
			- رعایت ارگونومی هنگام کار	
			توجهات زیست محیطی :	
			- تفکیک مناسب پسماند و دفع صحیح آن	

	زمان آموزش			عنوان : مراقبت از پوست صورت
	جمع	عملی	نظری	
	۱۰	۸	۲	
تجهیزات، ابزار، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش، مهارت، نگرش، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
صندلی کارآموز				دانش :
صندلی مربی				- انواع پوست (خشک ، معمولی ، مختلط و چرب)
میز مربی				- تاثیر غذا و خواب مناسب بر پوست
کامپیوتر				- تاثیر مواد آرایشی بر روی پوست
CD آموزشی صوتی				- خطر نور خورشید برای سلامت پوست
انواع اسکراب				- تاثیر مثبت استفاده از ضد آفتاب بر پوست
ماسک تقویتی				
ضد آفتاب				مهارت :
ماسک آبرسان				- استفاده از ضد آفتاب مناسب
کفش مناسب				- استفاده صحیح از ماسک های طبیعی
روپوش سفید				- استفاده از کرم های تقویتی مناسب پوست
ماسک یکبار مصرف				- قرار نگرفتن در برابر نور خورشید
جعبه کمک های اولیه				نگرش :
کپسول آتش نشانی				- توجه به سلامت افراد
پنبه				- کمک به اقتصاد خانواده
حوله				- صرفه جویی در مواد مصرفی ، زمان و انرژی
پیش بند یکبار مصرف				- پرهیز از دخالت در امور پزشکی
دستکش یکبار مصرف				- رعایت اخلاق حرفه ای
صندلی مشتری				ایمنی و بهداشت :
تل مو				- رعایت بهداشت فردی و عمومی در محیط کار
انواع لوسیون				- پرهیز از قرار گرفتن در معرض آلاینده های طبیعی و صنعتی
شیر پاکن				- پرهیز از قرار گرفتن در معرض نور خورشید
				- رعایت ارگونومی هنگام کار
				توجهات زیست محیطی :
				- تفکیک مناسب پسماند و دفع صحیح آن

	زمان آموزش			عنوان : مراقبت از موی سر
	نظری	عملی	جمع	
	۲	۸	۱۰	
تجهیزات، ابزار، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش، مهارت، نگرش، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
صندلی کارآموز				دانش :
صندلی مربی				- انواع مو (چرب، معمولی ، شکننده و خشک)
میز مربی				- عوارض و مشکلات مو
سی دی صوتی				- انواع شامپو
انواع شامپو				-انواع نرم کننده مو
انواع نرم کننده مو				مهارت :
جعبه کمک های اولیه				- تشخیص نوع مو
کپسول آتش نشانی				- استفاده از شامپو مناسب مو
دستکش یکبار مصرف				- استفاده از نرم کننده
لباس کار مناسب				-شستشوی صحیح مو
ماسک یکبار مصرف				نگرش :
پیش بند یکبار مصرف				- کمک به اقتصاد خانواده
حوله				- صرفه جویی در مواد مصرفی ، زمان و انرژی
ابزار تمیز کردن ناخن دست و پا				- پیشگیری از به وجود آمدن بیماری
				- پرهیز از دخالت در امور پزشکی
				ایمنی و بهداشت :
				- رعایت بهداشت فردی و محیطی
				- رعایت ارگونومی هنگام کار
				-استفاده از دستکش یکبار مصرف ، ماسک ، لباس کار مناسب هنگام کار
				-رعایت ارگونومی هنگام کار
				توجهات زیست محیطی :
				- تفکیک مناسب پسماند و دفع صحیح آن

	زمان آموزش			عنوان : مراقبت از ناخن دست و پا
	جمع	عملی	نظری	
	۱۰	۸	۲	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
صندلی کارآموز				دانش :
صندلی مربی				- امراض ناخن
میز مربی				- روش مراقبت از ناخن دست
cd صوتی				- روش مراقبت از ناخن پا
انواع مواد شوینده دست و پا				مهارت :
لگن				- استفاده صحیح از شوینده ناخن دست و پا
جعبه کمک های اولیه				- تمیز کردن ناخن دست و پا
کپسول آتش نشانی				- به کارگیری صحیح محصولات ضد عفونی ناخن
دستکش یکبار مصرف				- به کارگیری صحیح محصولات مراقبتی ناخن
لباس کار مناسب				نگرش :
ماسک یکبار مصرف				- کمک به اقتصاد خانواده
حوله				- صرفه جویی در مواد مصرفی ، انرژی و زمان
				- پرهیز از دخالت در امور پزشکی
				ایمنی و بهداشت :
				- رعایت بهداشت فردی و عمومی در محیط کار
				- استفاده از دستکش ، ماسک و لباس کار مناسب
				- رعایت ارگونومی هنگام کار
				توجهات زیست محیطی :
				- تفکیک مناسب پسماند و دفع صحیح آن

- برگه استاندارد تجهیزات

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۱	میز مربی	چوبی	۱ عدد	
۲	صندلی کار آموز	چوبی	۱۵ عدد	
۳	جعبه کمک های اولیه	استاندارد	۱ جعبه	
۴	تهویه مطبوع	هواکش	۱ دستگاه	
۵	کامپیوتر	P4	۱ دستگاه	
۶	کپسول آتش نشانی	۶ کیلو گرمی پودری	۱ دستگاه	
۷	صندلی مربی	چرمی	۱ عدد	
۸	سر شوی	چینی - متوسط	۱ عدد	
۹	سطل زباله	متوسط - دربدار	۱ عدد	
۱۰	لگن شستشو	متوسط - پلاستیکی	۵ عدد	

توجه :

- تجهیزات برای یک کارگاه به ظرفیت ۱۵ نفر در نظر گرفته شود.

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۱	محلول ضد عفونی کننده سطوح	استاندارد و بهداشتی	۱ گالن ۴ لیتری	
۲	محلول ضد عفونی کننده	جهت استریل کردن دست	۱ گالن ۴ لیتری	
۳	شامپو	مخصوص موی چرب ، خشک و معمولی	از هر کدام ۱ عدد	
۴	ویتامینه	موی سر	۱ عدد	
۵	انواع اسکراب یا لایه بردار	لایه برداری پوست صورت	۳ عدد	
۶	ضد آفتاب	با SPF مختلف	از هر کدام ۱ عدد	
۷	شوینده پوست	صورت - استاندارد	۵ عدد	
۸	نرم کننده	موی سر	۲ عدد	
۹	نرم کننده	دست و صورت	۲ عدد	
۱۰	ماسک	یکبار مصرف	۱۵ عدد	
۱۱	لباس کار	سفید	۱۵ دست	
۱۲	حوله	یکبار مصرف	۱ بسته	
۱۳	پنبه	بهداشتی	۱ بسته	
۱۴	خوشبو کننده	هوا - متوسط	۱ عدد	
۱۵	دستکش	یکبار مصرف	۱ بسته	
۱۶	پیش بند	یکبار مصرف	۱ بسته	
۱۷	تل مو	پار چه ای	۱۵ عدد	
۱۸	CD	صوتی - آموزشی	۱ عدد	
۱۹	جزوه	آموزشی با خط بریل	۱ جلد	

توجه :- مواد به ازاء یک نفر و یک کارگاه به ظرفیت ۱۵ نفر محاسبه شود.

- برگه استاندارد ابزار

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۱	کاسه	کوچک - پلاستیکی	۵ عدد	
۲	قلمو	کوچک - پلاستیکی	۵ عدد	
۳	ابزار تمیز کردن ناخن دست	سری کامل	۳ سری	
۴	ابزار تمیز کردن ناخن پا	سری کامل	۳ سری	

توجه :- ابزار به ازاء هر سه نفر محاسبه شود.