

معاونت پژوهش، برنامه‌ریزی و سنجش مهارت

دفتر پژوهش، طرح و برنامه‌ریزی درسی

استاندارد آموزش شغل طراح لباس ورزشی زنانه

گروه شغلی

صنایع پوشاک

کد ملی آموزش شغل

۲	۱	۶	۳	۴	۰	۵	۱	۰	۰	۲	۰	۰	۰	۱
ISCO-۰۸				سطح مهارت	شناسه گروه			شناسه شغل			شناسه شایستگی		نسخه	

تاریخ تدوین استاندارد: ۹۰/۱/۳۰



نظارت بر تدوین محتوا و تصویب : دفتر طرح و برنامه های درسی

شماره ملی شناسایی شغل : ۷-۹۴/۲۰/۱/۱

شروع اعتبار : ۹۰/۱/۳۰

پایان اعتبار : ۹۳/۱/۳۰

اعضاء کمیسیون تخصصی برنامه ریزی درسی رشته طراحی و دوخت (صنایع پوشاک):

-فاطمه صنعتی

حوزه های حرفه ای و تخصصی همکار برای تدوین استاندارد شغل و آموزش :

اداره کل فنی و حرفه ای استان البرز

فرآیند اصلاح و بازنگری :

آدرس :

تهران - خیابان آزادی ، خیابان خوش شمالی ، نبش نصرت ، ساختمان شماره ۲ ، سازمان آموزش فنی و حرفه ای کشور ، شماره ۲۵۹

دورنگار ۶۶۹۴۴۱۱۷ تلفن ۶۶۵۶۹۰۰



تهیه کنندگان استاندارد شغل

ردیف	نام و نام خانوادگی	مدرک	رشته تحصیلی	سابقه‌ی تجربی مرتبط
۱	فرشته مقصودی	لیسانس	طراحی دوخت	۱۵ سال مربی طراحی دوخت
۲	فاطمه آرو	لیسانس	طراحی دوخت	۱۵ سال مربی طراحی دوخت
۳	تهمینہ ایران دوست	لیسانس	طراحی دوخت	۱۵ سال مربی طراحی دوخت
۴	اعظم حاجی محمدی	لیسانس	طراحی دوخت	۱۵ سال مربی طراحی دوخت
۵	فاطمه همایونی	لیسانس	طراحی دوخت	۱۵ سال مربی طراحی دوخت
۶	سیده رقیه میر مجیدی	لیسانس	تربیت بدنی	۱۵ سال مربی تربیت بدنی
۷				
۸				
۹				
۱۰				

تهیه کنندگان استاندارد آموزش

ردیف	نام و نام خانوادگی	مدرک	رشته تحصیلی	سابقه‌ی تجربی مرتبط
۱	ملیحه برزگر	کارشناسی	آمار	مدیر و مربی آموزشگاه رایانه طراح و برنامه ریز آموزشی
۲	عمران رمضانی	کارشناسی ارشد	برنامه ریزی آموزشی	طراح و برنامه ریز درآموزشی
۳	مهری برزگر	کارشناسی ارشد	حقوق	استاد دانشگاه
۴	فرشته مقصودی	کارشناسی ارشد	طراحی دوخت	مدیر و مربی آموزشگاه طراحی دوخت
۵				
۶				
۷				
۸				



تعاریف :

استاندارد شغل :

مشخصات شایستگی ها و توانمندی های مورد نیاز برای عملکرد موثر در محیط کار را گویند در بعضی از موارد استاندارد حرفه ای نیز گفته می شود .

استاندارد آموزش :

نقشه ی یادگیری برای رسیدن به شایستگی های موجود در استاندارد شغل .

نام یک شغل :

به مجموعه ای از وظایف و توانمندی های خاص که از یک شخص در سطح مورد نظر انتظار می رود اطلاق می شود .

شرح شغل :

بیانیه ای شامل مهم ترین عناصر یک شغل از قبیل جایگاه یا عنوان شغل ، کارها ارتباط شغل با مشاغل دیگر در یک حوزه شغلی ، مسئولیت ها ، شرایط کاری و استاندارد عملکرد مورد نیاز شغل .

طول دوره آموزش :

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

ویژگی کارآموز ورودی :

حداقل شایستگی ها و توانایی هایی که از یک کارآموز در هنگام ورود به دوره آموزش انتظار می رود .

ارزشیابی :

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

صلاحیت حرفه ای مربیان :

حداقل توانمندی های آموزشی و حرفه ای که از مربیان دوره آموزش استاندارد انتظار می رود .

شایستگی :

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

دانش :

حداقل مجموعه ای از معلومات نظری و توانمندی های ذهنی لازم برای رسیدن به یک شایستگی یا توانایی . که می تواند 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 مهارت های عملی ارجاع می شود .

نگرش :

مجموعه ای از رفتارهای عاطفی که برای شایستگی در یک کار مورد نیاز است و شامل مهارت های غیر فنی و اخلاق حرفه ای می باشد .

ایمنی :

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

توجهات زیست محیطی :

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



نام شغل : طراح لباس ورزشی زنانه

شرح شغل ۱

طراحی لباس ورزشی زنانه یکی از مشاغل مربوط به صنایع پوشاک است که شایستگی هایی از قبیل طراحی اندام زنانه ورزشکار، طراحی انواع گرمکن ورزشی زنانه، طراحی لباس ورزش آبی زنانه، طراحی لباس ورزش رزمی زنان، طراحی انواع لباس ورزش گروه تویی زنانه، طراحی لباس ورزش راکتی زنانه، طراحی لباس ورزش دوچرخه سواری و اسکیت زنانه، طراحی لباس ورزش ژیمناستیک زنانه، طراحی لباس های نشانه ای بانوان، طراحی لباس های ورزش های حرکتی زنان، طراحی لباس ورزش کوهنوردی زنانه، طراحی لباس ورزش مکانهای باز زنانه را در بر می گیرد. در ضمن این شغل با مشاغل پارچه فروش، خرازی، فروشنده لباس ورزشی و بنگاههای تولید لباس و پارچه در ارتباط می باشد.

ویژگی های کارآموز ورودی

حداقل میزان تحصیلات : دیپلم

حداقل توانایی جسمی : سلامت کامل جسمانی و روانی

مهارت های پیش نیاز این استاندارد: ۱- نازک دوز زنانه درجه ۲، ۲- طراح لباس زنانه و دخترانه ۳- خیاط لباس های کشی

طول دوره آموزش

طول دوره آموزش : ۲۳۵ ساعت

- زمان آموزش نظری : ۷۵ ساعت

- زمان آموزش عملی : ۱۶۰ ساعت

- کارورزی : - ساعت

- زمان پروژه : - ساعت

شیوه ارزشیابی

آزمون نظری : ۲۵٪

آزمون عملی : ۶۵٪

اخلاق حرفه ای : ۱۰٪

صلاحیت های حرفه ای مربیان

- لیسانس طراحی دوخت یا طراحی لباس با ۲ سال سابقه کار مرتبط



استاندارد شغل^۲

- شایستگی های^۳ شغلی

ردیف	توانایی ها
۱	توانایی طراحی اندام زنان ورزشکار
۲	توانایی طراحی گرمکن ورزشی زنانه
۳	توانایی طراحی لباس ورزش آبی زنانه
۴	توانایی طراحی لباس ورزش رزمی زنانه
۵	توانایی طراحی لباس ورزش گروهی توپبی زنانه
۶	توانایی طراحی لباس ورزش راکتی زنانه
۷	توانایی طراحی لباس ورزش دوچرخه سواری و اسکیت زنانه
۸	توانایی طراحی لباس ورزش ژیمناستیک زنانه
۹	توانایی طراحی لباس ورزش نشانه روی زنانه
۱۰	توانایی طراحی لباس ورزش حرکتی زنانه
۱۱	توانایی طراحی لباس ورزش کوهنوردی
۱۲	توانایی طراحی لباس ورزش مکانهای باز زنانه



	زمان آموزش			عنوان توانایی : توانایی طراحی اندام زنان ورزشکار
	نظری	عملی	جمع	
	۱۳	۲۰	۳۳	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
- انواع کاغذ (A4 ، A3) - انواع مقوا (با گرم پایین و بالا) - انواع مداد (انواع H ، انواع B ، HB) - زغال - میز طراحی - میز نور - محو کن - تخته شاسی - پاک کن - مداد رنگی - اکولین - پاستل (خشک، روغنی) - اکرولیک - کاغذ کادو - کاتر - پالت - گواش - آبرنگ - زیباتون - لتراست	۳۰ دقیقه ۳۰ دقیقه ۳۰ دقیقه ۳۰ دقیقه ۳۰ دقیقه ۲ ۳۰ دقیقه ۲ ۲ ۲ ۲ ۳ ۲ ۳ ۳ ۳ ۳ ۳	۳ ۲ ۳ ۳ ۳ ۳ ۳ ۳	دانش : - انواع ابزار اثر پذیر (کاغذ و مقوا ...) مشخصات و عملکرد آنها - انواع ابزار اثر گذار (مداد و قلم و مداد رنگی و ...) مشخصات و عملکرد آنها - انواع خط (افقی ، عمودی ، شکسته ، منحنی) - تاثیر بصری خطوط در لباس (خط مستقیم ، منحنی ، شکسته) - خطای باصره خطوط - رنگ اصلی ، ثانویه ، هم جوار ، میانی ، رنگهای مکمل و متضاد ، ترکیب بندی ، تک رنگ و ... - تاثیر بصری رنگها - آناتومی بدن زنان ورزشکار - عضلات تاثیر پذیر در ورزش (پشت ، شانه ، قفسه سینه ، دوسر بازو ، سه سر بازو ، روی بازو ، جلوی ران تا زانو ، قسمت بالایی پشت ران ، قسمت پایینی پشت ران ، شکم ، پشت ساق پا) - مفاصل متحرک (مفصل مسطح لغزشی ، مفصل لولایی ، مفصل زینی ، مفصل گوی و کاسه ای) و مفاصل غیر متحرک - اندازه های طولی و عرضی اندام بانوان ورزشکار	
			مهارت : - استفاده از کار با ابزار اثر پذیر (کاغذ و مقوا ...) - استفاده از کار با ابزار اثر گذار (مداد و قلم و مداد رنگی و ...) - طراحی اسکلت اندام - طراحی عضلات - طراحی مفاصل - طراحی بدن ورزشکار در زوایای مختلف (تمام رخ ، نیمه رخ ، سه رخ) - طراحی زوایای حرکت اندام	
			نگرش : - صرفه جویی در مصرف کاغذ	
			ایمنی : طرز صحیح نشستن یا ایستادن در هنگام طراحی	
			توجهات زیست محیطی : - جمع آوری کاغذهای اضافی در ظروف مخصوص و استفاده از آن در چرخه باز یافت	



استاندارد آموزش
- برگه‌ی تحلیل آموزشی

	زمان آموزش			عنوان توانایی : توانایی طراحی گرمکن ورزشی زنانه
	جمع	عملی	نظری	
	۲۲	۱۶	۶	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
- انواع کاغذ (A4 ، A3) - انواع مقوا (با گرم پایین و بالا) - انواع مداد (انواع H ، انواع B ، (HB - زغال - میز طراحی - میز نور - محو کن - تخته شاسی - پاک کن - مداد رنگی - اکولین - پاستل (خشک ، روغنی) - اکرولیک - کاغذ کادو - کاتر - پالت - گواش - آبرنگ - زیباتون - لتراست			۴ ۲	دانش : - ویژگی اندام زنانه در سنین مختلف - سایز بندی زنانه در لباس ورزشی (S , M , L)
				مهارت : - طراحی انواع کت و کاپشن - طراحی انواع شلوار گرمکن (رکابدار ، دمپا آزاد ، مچ کشی) - طراحی انواع کمر شلوار (کمر لیفه دار ، کمر یکسره بلند) - طراحی یقه (یقه ایستاده ، یقه شکاری ، یقه گرد ، یقه هفت) - طراحی جیب (داخل برش ، جیب رو) - طراحی کلاه
				نگرش : - صرفه جویی در مصرف کاغذ
				ایمنی : - طرز صحیح نشستن یا ایستادن در هنگام طراحی
				توجهات زیست محیطی : - جمع آوری کاغذهای اضافی در ظروف مخصوص و استفاده از آن در چرخه بازیافت



استاندارد آموزش
- برگه‌ی تحلیل آموزشی

	عنوان توانایی :		
	توانایی طراحی لباس ورزش آبی زنانه		
	زمان آموزش		
	نظری	عملی	جمع
	۶	۹	۱۵
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط		
	دانش :		
- انواع کاغذ (A4 ، A3) - انواع مقوا (با گرم پایین و بالا) - انواع مداد (انواع H ، انواع B ، HB) - زغال - میز طراحی - میز نور - محو کن - تخته شاسی - پاک کن - مداد رنگی - اکولین - پاستل (خشک، روغنی) - اکرولیک - کاغذ کادو - کاتر - پالت - گواش - آبرنگ - زیباتون - لتراست	۱ ۱ ۲ ۲	<ul style="list-style-type: none"> - قوانین و مقررات حاکم بر ورزش شنا و پوشش مربوط به آن - میزان تحرک دست و پا - انواع مایو (۱ تکه، ۲ تکه، دامن دار، مایو اسلامی ، مسابقات قهرمانی) - انواع کلاه (بدون برش و برش دار) 	
	مهارت :		
	۲ ۲ ۲ ۲ ۱	<ul style="list-style-type: none"> طراحی مایو ۱ تکه - طراحی انواع مایو ۲ تکه (bikini , tankinis) - طراحی مایو دامن دار - طراحی مایو اسلامی - طراحی انواع کلاه شنا مخصوص مسابقات قهرمانی 	
	نگرش :		
	- صرفه جویی در مصرف کاغذ		
	ایمنی :		
	- طرز صحیح نشستن یا ایستادن در هنگام طراحی		
	توجهات زیست محیطی :		
	- جمع آوری کاغذهای اضافی مخصوص و استفاده از آن در چرخه بازیافت		



استاندارد آموزش

- برگه‌ی تحلیل آموزشی

	زمان آموزش			عنوان توانایی : توانایی طراحی لباس ورزش رزمی زنانه
	نظری	عملی	جمع	
	۸	۱۴	۲۲	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
- انواع کاغذ (A4 ، A3) - انواع مقوا (با گرم پایین و بالا) - انواع مداد (انواع H ، انواع B ، HB) - زغال - میز طراحی - میز نور - محو کن - تخته شاسی - پاک کن - مداد رنگی - اکولین - پاستل (خشک، روغنی) - اکرولیک - کاغذ کادو - کاتر - پالت - گواش - آبرنگ - زیباتون - تتراست			۱ ۱ ۱ ۱ ۱ ۱ ۲	دانش : - انواع ورزش رزمی (جودو، تکواندو، کاراته، کونگ فو، ووشو) - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش رزمی جودو - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش رزمی تکواندو - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش رزمی کاراته - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش رزمی کونگ فو - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش رزمی ووشو - میزان تحرک دست و پا
				مهارت : - طراحی انواع بالاتنه مخصوص لباس های ورزشی (جلو بسته ، جلو باز) - طراحی یقه های مناسب (یقه هفت ، یقه چپ ، راست و...) - طراحی انواع شلوار (شلوار جودو، شلوار تکواندو، شلوار کاراته، شلوار ووشو) - طراحی شال کلاه و مقنعه - طراحی آستین لباس ورزش رزمی
				نگرش : - صرفه جویی در مصرف کاغذ
				ایمنی : - طرز صحیح نشستن یا ایستادن در هنگام طراحی
				توجهات زیست محیطی : - جمع آوری کاغذهای اضافی مخصوص و استفاده از آن در چرخه بازیافت



استاندارد آموزش

- برگه‌ی تحلیل آموزشی

	زمان آموزش			عنوان توانایی : توانایی طراحی لباس ورزش گروهی توپی زنانه
	نظری	عملی	جمع	
	۷	۱۷	۲۴	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
- انواع کاغذ (A4 ، A3) - انواع مقوا (با گرم پایین و بالا) - انواع مداد (انواع H ، انواع B ، HB) - زغال - میز طراحی - میز نور - محو کن - تخته شاسی - پاک کن - مداد رنگی - اکولین - پاستل (خشک، روغنی) - اکرولیک - کاغذ کادو - کاتر - پالت - گواش - آبرنگ - زیباتون - تتراست			۱ ۱ ۱ ۱ ۱ ۲	دانش : - انواع ورزش گروهی توپی زنانه (والیبال، بسکتبال، فوتسال، هندبال) - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش والیبال - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش بسکتبال - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش فوتسال - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش هندبال - میزان تحرک دست و پا
				مهارت : - طراحی انواع بالاتنه مخصوص لباس ورزش های توپی (تاپ های ورزشی و بلوز های آستین کوتاه) - طراحی آستین - طراحی یقه - طراحی انواع شلوار (شلوار و شلوارک) - طراحی لباس حجاب برای ورزش والیبال برون مرزی (بلوز یقه اسکی،تونیک،شلوار کلاه مقنعه، سربند)
				نگرش : - صرفه جویی در مصرف کاغذ
				ایمنی : - طرز صحیح نشستن یا ایستادن در هنگام طراحی
				توجهات زیست محیطی : - جمع آوری کاغذهای اضافی مخصوص و استفاده از آن در چرخه بازیافت



استاندارد آموزش
- برگه‌ی تحلیل آموزشی

	زمان آموزش			عنوان توانایی : توانایی طراحی لباس ورزش راکتی زنانه
	جمع	عملی	نظری	
	۱۷	۱۱	۶	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
- انواع کاغذ (A4 ، A3) - انواع مقوا (با گرم پایین و بالا) - انواع مداد (انواع H ، انواع B ، HB) - زغال - میز طراحی - میز نور - محو کن - تخته شاسی - پاک کن - مداد رنگی - اکولین - پاستل (خشک، روغنی) - اکرولیک - کاغذ کادو - کاتر - پالت - گواش - آبرنگ - زبیاتون - لتراست			۱ ۱ ۱ ۱ ۲	دانش : - انواع ورزش های راکتی (تنیس، تنیس روی میز، بدمینتون) - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش تنیس - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش تنیس روی میز - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش بدمینتون - میزان تحرک دست و پا
				مهارت : - طراحی بالاتنه (بلوز ها و تاب های ورزشی) - طراحی یقه (هفت ، شکاری) - طراحی آستین - طراحی دامن شلوارک
				نگرش : - صرفه جویی در مصرف کاغذ
				ایمنی : - طرز صحیح نشستن یا ایستادن در هنگام طراحی
				توجهات زیست محیطی : - جمع آوری کاغذهای اضافی مخصوص و استفاده از آن در چرخه بازیافت



استاندارد آموزش
- برگه‌ی تحلیل آموزشی -

	زمان آموزش			عنوان توانایی : توانایی طراحی لباس ورزش دوچرخه سواری و اسکیت زنانه
	نظری	عملی	جمع	
	۴	۱۲	۱۶	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
- انواع کاغذ (A4 ، A3) - انواع مقوا (با گرم پایین و بالا) - انواع مداد (انواع H ، انواع B ، (HB - زغال - میز طراحی - میز نور - محو کن - تخته شاسی - پاک کن - مداد رنگی - اکولین - پاستل (خشک، روغنی) - اکرولیک - کاغذ کادو - کاتر - پالت - گواش - آبرنگ - زیباتون - لتراست			۱ ۱ ۱ ۱	دانش : - انواع ورزش دوچرخه سواری (کوهستانی، جاده ای) - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش دوچرخه سواری - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش اسکیت - میزان تحرک دست و پا
				مهارت : - طراحی انواع بالاتنه مخصوص (دوچرخه سواری و اسکیت) - طراحی انواع شلوار (شلوار دوچرخه سواری، شلوار اسکیت) - طراحی یقه - طراحی آستین - طراحی کاور جهت پوشش کامل زنان - طراحی شال ، کلاه و مقنعه و سر بند
				نگرش : - صرفه جویی در مصرف کاغذ
				ایمنی : - طرز صحیح نشستن یا ایستادن در هنگام طراحی
				توجهات زیست محیطی : - جمع آوری کاغذهای اضافی مخصوص و استفاده از آن در چرخه بازیافت



استاندارد آموزش
- برگه‌ی تحلیل آموزشی

	زمان آموزش			عنوان توانایی : توانایی طراحی لباس ورزش ژیمناستیک زنانه
	نظری	عملی	جمع	
	۳	۱۱	۱۴	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
- انواع کاغذ (A4 ، A3) - انواع مقوا (با گرم پایین و بالا) - انواع مداد (انواع H، انواع B، HB) - زغال - میز طراحی - میز نور - محو کن - تخته شاسی - پاک کن - مداد رنگی - اکولین - پاستل (خشک، روغنی) - اکرولیک - کاغذ کادو - کاتر - پالت - گواش - آبرنگ - زیباتون - تتراست			۱ ۱ ۱	دانش : - انواع ورزش ژیمناستیک (ژیمناستیک ،ایروبیک) - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش ژیمناستیک - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش ایروبیک
		۵		مهارت : - طراحی انواع بالاتنه مخصوص لباس ورزش ژیمناستیک (تاپ های ورزشی و بلوز های آستین کوتاه ،مایوهای بدن سازی) - طراحی آستین - طراحی یقه - طراحی انواع شلوار (شلوار و شلوارک و شلوار رکابدار)
			۴	نگرش : - صرفه جویی در مصرف کاغذ
				ایمنی : - طرز صحیح نشستن یا ایستادن در هنگام طراحی
				توجهات زیست محیطی : - جمع آوری کاغذهای اضافی مخصوص و استفاده از آن در چرخه بازیافت



استاندارد آموزش
- برگه‌ی تحلیل آموزشی

	زمان آموزش			عنوان توانایی : توانایی طراحی لباس ورزش نشانه ای زنانه
	نظری	عملی	جمع	
	۴	۱۰	۱۴	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
- انواع کاغذ (A4 ، A3) - انواع مقوا (با گرم پایین و بالا) - انواع مداد (انواع H، انواع B، HB) - زغال - میز طراحی - میز نور - محو کن - تخته شاسی - پاک کن -مداد رنگی -اکولین -پاستل (خشک،روغنی) -اکرولیک -کاغذ کادو -کاتر -پالت -گواش -آبرنگ -زیباتون -تراست				دانش : - انواع ورزش نشانه ای روی زنان (تیر اندازی ، دارت ، گلف) - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش تیر اندازی - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش دارت - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش گلف
				مهارت : - طراحی کت همراه با آستین و یقه مخصوص ورزش تیراندازی - طراحی دستکش و کفش و گوشی مخصوص ورزش تیراندازی - طراحی انواع بالاتنه مخصوص (بلوز آستین دار، کاپشن) - طراحی انواع شلوار (شلوار و گرمکن) - طراحی سر بند و کلاه مقنعه
		۴		نگرش : - صرفه جویی در مصرف کاغذ
		۲		ایمنی : - طرز صحیح نشستن یا ایستادن در هنگام طراحی
		۲		توجهات زیست محیطی : - جمع آوری کاغذهای اضافی مخصوص و استفاده از آن در چرخه بازیافت
		۱		
		۱		



استاندارد آموزش
- برگه‌ی تحلیل آموزشی

	زمان آموزش			عنوان توانایی : توانایی طراحی لباس ورزش حرکتی زنانه
	نظری	عملی	جمع	
	۳	۱۰	۱۳	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
- انواع کاغذ (A3 ، A4) - انواع مقوا (با گرم پایین و بالا) - انواع مداد (انواع H، انواع B، HB) - زغال - میز طراحی - میز نور - محو کن - تخته شاسی - پاک کن -مداد رنگی -اکولین -پاستل (خشک،روغنی) -اکرولیک -کاغذ کادو -کاتر -پالت -گواش -آبرنگ -زیباتون -تتراست			۱ ۱ ۱	دانش : - انواع ورزشهای حرکتی (دو ، پرش) - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش حرکتی - میزان تحرک دست و پا
		۶		مهارت : - طراحی انواع بالاتنه مخصوص ورزش حرکتی (تاپ های ورزشی و بلوز های آستین کوتاه) - طراحی آستین - طراحی یقه - طراحی انواع شلوار (شلوار و شلوارک)
				نگرش : - صرفه جویی در مصرف کاغذ
				ایمنی : -طرز صحیح نشستن یا ایستادن در هنگام طراحی
				توجهات زیست محیطی : -جمع آوری کاغذهای اضافی مخصوص و استفاده از آن در چرخه بازیافت



استاندارد آموزش

- برگه‌ی تحلیل آموزشی

	زمان آموزش			عنوان توانایی : توانایی طراحی انواع لباس ورزش کوهنوردی زنان
	نظری	عملی	جمع	
	۳	۱۲	۱۵	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
- انواع کاغذ (A4 ، A3) - انواع مقوا (با گرم پایین و بالا) - انواع مداد (انواع H ، انواع B ، HB) - زغال - میز طراحی - میز نور - محو کن - تخته شاسی - پاک کن -مداد رنگی -اکولین -پاستل (خشک،روغنی) -اکرولیک -کاغذ کادو -کاتر -پالت -گواش -آبرنگ -زیباتون -تتراست			۱ ۱ ۱	دانش : - انواع ورزشهای کوهنوردی (کوهنوردی ، غارنوردی ، صخره نوردی) - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش کوهنوردی - میزان تحرک دست و پا
		۵		مهارت : - طراحی انواع بالاتنه مخصوص ورزش کوهنوردی (کت و کاپشن) - طراحی آستین - طراحی یقه - طراحی انواع کلاه و سربند - طراحی انواع شلوار (شلوار کوهنوردی و شلوار غارنوردی و شلوار صخره نوردی)
				نگرش : - صرفه جویی در مصرف کاغذ
				ایمنی : - طرز صحیح نشستن یا ایستادن در هنگام طراحی
				توجهات زیست محیطی : - جمع آوری کاغذهای اضافی مخصوص و استفاده از آن در چرخه بازیافت



استاندارد آموزش

- برگه‌ی تحلیل آموزشی

	زمان آموزش			عنوان توانایی : توانایی طراحی لباس ورزش مکانهای باز زنانه
	نظری	عملی	جمع	
	۱۲	۱۸	۳۰	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
	دانش :			
- انواع کاغذ (A3 ، A4) - انواع مقوا (با گرم پایین و بالا) - انواع مداد (انواع H ، انواع B ، HB) - زغال - میز طراحی - میز نور - محو کن - تخته شاسی - پاک کن - مداد رنگی		۱ ۲ ۱ ۲ ۱ ۱ ۴		- انواع ورزش موتوری زنانه (اتومبیل رانی، هوانوردی، قایق رانی) - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش (اتومبیل رانی، هوانوردی، قایق رانی) - انواع ورزش با حیوانات (اسب سواری ، چوگان) - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش ورزش با حیوانات - انواع اسکی (روی برف ، روی چمن) - قوانین و مقررات حاکم بر پوشش اسکی - میزان تحرک بدن در این ورزش ها
	مهارت :			
- آکولین - پاستل (خشک، روغنی) - اکرولیک - کاغذ کادو - کاتر - پالت - گواش - آبرنگ - زیباتون - تراسه		۵ ۳ ۳ ۳ ۲ ۲		- طراحی انواع بالاتنه مخصوص ورزش های (موتوریزه ، اسکی، اسب سواری) - طراحی آستین - طراحی یقه - طراحی شلوار (شلوار اسکی ، شلوار سوار کاری، شلوار ورزش موتوریزه) - طراحی لباس سر همی جهت اسکی - طراحی لباس سر همی جهت ورزش موتوریزه
	نگرش : - صرفه جویی در مصرف کاغذ			
	ایمنی : - طرز صحیح نشستن یا ایستادن در هنگام طراحی			
	توجهات زیست محیطی : - جمع آوری کاغذهای اضافی مخصوص و استفاده از آن در چرخه بازیافت			



- برگه استاندارد تجهیزات ، مواد ، ابزار

ردیف	مشخصات فنی	تعداد	شماره
۱	- کاغذ (کاهی، رنگی، نقاشی، کادو)	از هر کدام ۵ برگ برای هر نفر	
۲	- مقوای اشتنباخ	۵ برگ برای هر نفر	
۳	- مقوای فابریانو رنگی و سفید	از هر کدام ۵ برگ برای هر نفر	
۴	- کاغذ A4, A3	از هر کدام ۳ بسته برای هر کارگاه	
۵	- مقوای باف دار و مویی	از هر کدام ۱ بسته برای هر کارگاه	
۶	- مداد (HB، انواع B، انواع H)	از هر کدام یک سری برای هر نفر	
۷	- مداد رنگی	۳ بسته برای هر کارگاه	
۸	- پاک کن	۱ عدد برای هر نفر	
۹	- تراش	۱ عدد برای هر نفر	
۱۰	- تخته شاسی	۱ عدد برای هر نفر	
۱۱	- کاتر	۱ عدد برای هر نفر	
۱۲	- ماژیک وایت برد (قرمز، آبی، سیاه)	از هر کدام ۱ عدد برای هر کارگاه	
۱۳	- خودکار	۱ عدد برای هر نفر	
۱۴	- محوکن	۱ عدد برای هر نفر	
۱۵	- میز طراحی	۵ عدد برای هر کارگاه	
۱۶	- میز نور	۳ عدد برای هر کارگاه	
۱۷	- صندلی گردان	۱ عدد برای هر نفر	
۱۸	- زغال	۱ بسته برای هر نفر	
۱۹	- اکولین	۵ بسته برای هر کارگاه	
۲۰	- پاستل (خشک، روغنی)	از هر کدام یک سری برای هر نفر	
۲۱	- اکرولیک	۵ سری برای هر کارگاه	
۲۲	- انواع قلمو (سرگرد شماره ۵ تا ۸)	از هر کدام ۱ عدد برای هر نفر	
۲۳	- تخته وایت برد	۱ عدد برای هر کارگاه	
۲۴	- پالت	۱ عدد برای هر نفر	
۲۵	- گواش	۵ جعبه برای هر کارگاه	
۲۶	- آبرنگ	۵ جعبه برای هر کارگاه	
۲۷	- زیپاتون با طرحهای مختلف	از هر کدام ۵ عدد برای هر نفر	
۲۸	- لتراست در شماره های مختلف	از هر کدام یک سری برای هر کارگاه	

توجه :

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

- ابزار به ازاء هر سه نفر محاسبه شود .

- مواد به ازاء یک نفر کارآموز محاسبه شود .



- منابع و نرم افزار های آموزشی

شرح	ردیف
www.sirc.ca	
www.cifsf.org/sports.htm	
www.bestsportaccessories.com	
www.sport.ir	
www.sportmedicine.ir	
www.irissf.ir	
www.swimming.ir	
www.isfaf.com	
www.volleyball.ir	
Apsa.blogfa.com	