



بسمه تعالی

مرکز ملی تربیت مربی و پژوهش های فنی و حرفه ای

## پودمان آموزشی

گروه آموزشی: مراقبت و زیبایی

عنوان پودمان: آرایش مو به روش خامه ای

کد تخصصی: ITC-MU-۱۰۵

تاریخ شروع اعتبار: ۱۴۰۲/۰۶/۰۴

تاریخ پایان اعتبار: ۱۴۰۷/۰۶/۰۴

تاریخ بازنگری:

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    | شیدا صمدیان        | کارشناسی      | مدیریت بازرگانی | ۳۱ سال       | مدیر و موسس | دانشگاه علم و فن آوری شهید بهشتی و مدیر آموزشگاه هرمس |
| ۲    | محبوبه رهبری       | کارشناسی ارشد | زبان انگلیسی    | ۲۳ سال       | مدرس و مدیر | آموزشگاه مهدخت کرج                                    |
| ۳    | آرام جلیلود        | دکترا         | روان شناسی      | ۱۵ سال       | مدرس و محقق | پارک علم و فن آوری دانشگاه شهید بهشتی                 |
| ۴    |                    |               |                 |              |             |   |
| ۵    |                    |               |                 |              |             |   |

## اعضای کمیسیون تخصصی تایید کننده

| ردیف | نام و نام خانوادگی | مدرک تحصیلی   | رشته تحصیلی  | سابقه فعالیت | سطح شغلی     | آدرس، شماره تلفن، پست الکترونیک       |
|------|--------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------------------------------|
| ۱    | مریم علیزاده       | کارشناسی ارشد | پژوهش هنر    | ۲۸ سال       | رییس گروه    | مرکز تربیت مربی                       |
| ۲    | زهره اسماعیلی      | کارشناسی      | مهندسی صنایع | ۸ سال        | مربی         | دانشگاه علم و فن آوری شهید بهشتی      |
| ۳    | ناصر دمازی         | دیپلم         | برق          | ۳۲ سال       | کارشناس و اس | دانشگاه علم و فن آوری شهید بهشتی      |
| ۴    | رامینا جلیل القدر  | دکترا         | شیمی         | ۱۲ سال       | مدرس و محقق  | پارک علم و فن آوری دانشگاه شهید بهشتی |
| ۵    |                    |               |              |              |              |                                       |
| ۶    |                    |               |              |              |              |                                       |

## تعاریف:

### پودمان

واژه پودمان یا "مدول"، معنای مختلفی دارد. در علوم تربیتی واژه پودمان تحت عنوان پیمانۀ 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           | فراگیر در پایان دوره باید بتواند انواع مو را به روش خامه ای یا گردبادی آرایش کند.  |
| نوع گواهینامه                | <input checked="" type="checkbox"/> بازآموزی و ارتقاء مهارت <input type="checkbox"/> سرباز مربی <input type="checkbox"/> صنایع و سازمان ها<br><input type="checkbox"/> جدید الاستخدام <input type="checkbox"/> کارآموز آزاد          |
| گستره پوشش                   | <input type="checkbox"/> منطقه ای<br><input checked="" type="checkbox"/> کشوری<br><input checked="" type="checkbox"/> دوره های بین المللی (کارآموزان خارجی)  |
| پودمان / پودمان های پیش نیاز | ندارد  |
| طول دوره                     | ساعت آموزش نظری: ۸ ساعت    کارورزی: ساعت<br>ساعت آموزش عملی: ۱۶ ساعت    پروژه: ساعت<br>جمع ساعات آموزش: ۲۴ ساعت  |
| استاندارد مهارتی مرتبط       | آرایش و پیرایش موی زنانه   |
| روش ارزشیابی                 | <input type="checkbox"/> کتبی <input type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/> کتبی و عملی<br><input checked="" type="checkbox"/> ارزشیابی حین دوره <input type="checkbox"/> پروژه   |
| سطح مخاطبان پودمان           | <input type="checkbox"/> مربی <input type="checkbox"/> مربی ماهر <input checked="" type="checkbox"/> ارشد مربی <input type="checkbox"/> استاد مربی <input type="checkbox"/> سایر<br>در صورتیکه داوطلب آزاد یا از سایر سازمان ها باشد |
| ویژگیهای مدرس                | <input type="checkbox"/> حداقل مدرک تحصیلی: لیسانس<br><input type="checkbox"/> سطح مربی: استاد مربی<br><input type="checkbox"/> سابقه آموزشی مرتبط: ۱۲ سال   |



## سر فصل های آموزشی

| ردیف | عناوین                                   |
|------|--|
| ۱    | رعایت بهداشت فردی و گروهی در محیط سالن   |
| ۲    | آناتومی چهره و سر، و شناخت مو و طراحی آن |
| ۳    | آماده سازی ابزار و مواد و بستر سازی مو   |
| ۴    | اجرای تکنیک خامه ای یا گردبادی           |
| ۵    |  |
| ۶    |  |
| ۷    |  |
| ۸    |  |
| ۹    |  |
| ۱۰   |  |



|  | زمان آموزش                  |      |      | عنوان شایستگی :<br>رعایت بهداشت فردی و گروهی در محیط سالن   |
|--|-----------------------------|------|------|---|
|  | نظری                        | عملی | جمع  |   |
|  | ۲                           | ۴    | ۶    |   |
| تجهیزات ، ابزار ،  | دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی |      |      |   |
| صندلی، سشوار، شانه   |                             |      |      | دانش :  |
| چنگالی، اتوی مو، حوله،<br>بابلیس، اسپری حجم<br>دهنده، اسپری دوقازی<br>موس، ژل، شانه پوش<br>سنجاق ریز و درشت<br>سنجاق مویی ریز<br>کش مو و کش بافت<br>چسب مو، اسپری آهار مو،<br>واکس مو، اسپری شاین،<br>آینه، انواع تاج، انواع سنجاق<br>های تزئینی | ۲۰دق                        | ۰    | ۲۰دق | معرفی موازین بهداشتی و ملزومات مصرفی<br>نحوه استفاده از تجهیزات و ابزار ضد عفونی کننده<br>نحوه مراقبت و حفظ بهداشت در سالن<br>- |
|  |                             |      |      | مهارت :   |
|  | ۱                           | ۱    | ۰    | - بکارگیری صحیح مواد و تجهیزات ضد عفونی   |
|  | ۱                           | ۱    | ۰    | - انجام مراحل ضد عفونی و استریل   |
|  |                             |      |      |   |
|  |                             |      |      | نگرش :  |
|  |                             |      |      | دقت در انجام کار  |
|  |                             |      |      | رعایت اصول اخلاق حرفه ای  |
|  |                             |      |      | ایمنی و بهداشت :  |
|  |                             |      |      | - استفاده از ماسک و دستکش یکبار مصرف  |
|  |                             |      |      | - نظافت محیط کار  |
|  |                             |      |      | توجهات زیست محیطی :   |
|  |                             |      |      | - جداسازی زباله های سالن  |
|  |                             |      |      | - جمع آوری ضایعات و پسماندها و دفع اصولی آنها   |



|                            | زمان آموزش                  |     |     | عنوان شایستگی :<br>آناتومی چهره و سر، و شناخت مو و طراحی آن |
|----------------------------|-----------------------------|-----|-----|---|
|                            | نظری                        | عمل | جمع |   |
|                            | ۲                           | ۴   | ۶   |   |
| تجهیزات ، ابزار ،          | دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی |     |     |   |
| صندلی، سشوار، شانه چنگالی  |                             |     |     | دانش :  |
| اتوی مو، حوله، بابلیس      | ۱                           | ۰   | ۱   | معرفی آناتومی چهره و سر                                     |
| اسپری حجم دهنده            | ۱                           | ۰   | ۱   | نحوه طراحی مدل موی مناسب                                    |
| اسپری دوقازی               |                             |     |     |   |
| موس، ژل، شانه پوش          |                             |     |     | مهارت :   |
| سنجاق ریز و درشت           |                             |     |     | تشخیص آناتومی سرو صورت                                      |
| سنجاق مویی ریز             | ۲                           | ۲   | ۰   | تناسب مدل مو و چهره   |
| کش مو و کش بافت            | ۲                           | ۲   | ۰   |   |
| چسب مو، اسپری آهار مو،     |                             |     |     |   |
| واکس مو، اسپری شاین، آینه  |                             |     |     | -   |
| انواع تاج، انواع سنجاق های |                             |     |     |   |
| تزیینی                     |                             |     |     |   |
|                            |                             |     |     | نگرش :  |
|                            |                             |     |     | دقت در انجام کار  |
|                            |                             |     |     | رعایت اصول اخلاق حرفه ای                                    |
|                            |                             |     |     | ایمنی و بهداشت :  |
|                            |                             |     |     | - استفاده از ماسک و دستکش یکبار مصرف                        |
|                            |                             |     |     | - نظافت محیط کار  |
|                            |                             |     |     | توجهات زیست محیطی :   |
|                            |                             |     |     | -جداسازی زباله های سالن                                     |
|                            |                             |     |     | - جمع آوری ضایعات و پسماندها و دفع اصولی آنها               |



|                            | زمان آموزش                  |     |      | عنوان شایستگی :<br>آماده سازی ابزار و مواد و بستر سازی |
|----------------------------|-----------------------------|-----|------|--|
|                            | جمع                         | عمل | نظری |  |
|                            | ۶                           | ۴   | ۲    |  |
| تجهیزات ، ابزار ،          | دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی |     |      |  |
| دانش :                     |                             |     |      |  |
| صندلی، سشوار، شانه چنگالی  |                             |     |      |  |
| اتوی مو، حوله، بابلیس      | ۱                           | ۰   | ۱    | معرفی و نحوه آماده سازی تجهیزات و مواد مصرفی           |
| اسپری حجم دهنده            |                             |     |      |  |
| اسپری دوقازی               | ۱                           | ۰   | ۱    | نحوه بسترسازی مو                                       |
| موس، ژل، شانه پوش          |                             |     |      |  |
| سنجاق ریز و درشت           |                             |     |      | -  |
| سنجاق مویی ریز             |                             |     |      | مهارت :  |
| کش مو و کش بافت            |                             |     |      |  |
| چسب مو، اسپری آهار مو،     | ۱                           | ۱   | ۰    | بکارگیری صحیح ابزار و تجهیزات و مواد مصرفی             |
| واکس مو، اسپری شاین، آینه  | ۱                           | ۱   | ۰    | بستر سازی و تقسیم مو                                   |
| انواع تاج، انواع سنجاق های |                             |     |      | -  |
| تزیینی                     |                             |     |      | -  |
|                            |                             |     |      | نگرش :   |
|                            |                             |     |      | دقت در انجام کار                                       |
|                            |                             |     |      | رعایت اصول اخلاق حرفه ای                               |
|                            |                             |     |      | ایمنی و بهداشت :                                       |
|                            |                             |     |      | - استفاده از ماسک و دستکش یکبار مصرف                   |
|                            |                             |     |      | - نظافت محیط کار                                       |
|                            |                             |     |      | توجهات زیست محیطی :                                    |
|                            |                             |     |      | - جداسازی زباله های سالن                               |
|                            |                             |     |      | - جمع آوری ضایعات و پسماندها و دفع اصولی آنها          |





|                            | زمان آموزش                  |     |      | عنوان شایستگی :<br>اجرای تکنیک خامه ای یا گردبادی     |
|----------------------------|-----------------------------|-----|------|---|
|                            | جمع                         | عمل | نظری |   |
|                            | ۶                           | ۴   | ۲    |   |
| تجهیزات ، ابزار ،          | دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی |     |      |   |
| دانش :                     |                             |     |      |   |
| صندلی، سشوار، شانه چنگالی  |                             |     |      | معرفی تکنیک گردبادی یا خامه ای                        |
| اتوی مو، حوله، بابلیس      | ۴۰دق                        | ۰   | ۴۰دق | نحوه اجرای تکنیک خامه ای روی مو                       |
| اسپری حجم دهنده            | ۴۰دق                        | ۰   | ۴۰دق | نحوه ثابت نگهداشتن مدل مو                             |
| اسپری دوقازی               | ۴۰دق                        |     | ۴۰دق | -   |
| موس، ژل، شانه پوش          |                             |     |      |   |
| سنجاق ریز و درشت           |                             |     |      |   |
| سنجاق مویی ریز             |                             |     |      | مهارت :   |
| کش مو و کش بافت            | ۴                           | ۴   | ۰    | اجرای تکنیک خامه ای روی مو و بکارگیری مواد ثابت کننده |
| چسب مو، اسپری آهار مو،     |                             |     |      |   |
| واکس مو، اسپری شاین، آینه  |                             |     |      |   |
| انواع تاج، انواع سنجاق های |                             |     |      |   |
| تزیینی                     |                             |     |      |   |
|                            |                             |     |      | نگرش :  |
|                            |                             |     |      | دقت در انجام کار                                      |
|                            |                             |     |      | - رعایت اصول اخلاق حرفه ای                            |
|                            |                             |     |      | ایمنی و بهداشت :                                      |
|                            |                             |     |      | - استفاده از ماسک و دستکش یکبار مصرف                  |
|                            |                             |     |      | - نظافت محیط کار                                      |
|                            |                             |     |      | توجهات زیست محیطی :                                   |
|                            |                             |     |      | - جداسازی زباله های سالن                              |
|                            |                             |     |      | - جمع آوری ضایعات و پسماندها و دفع اصولی آنها         |



- برگه استاندارد تجهیزات، مواد، ابزار

| ردیف | نام              | مشخصات فنی و دقیق | تعداد |
|------|------------------|-------------------|-------|
| ۱    | صندلی            |                   |       |
| ۲    | سشوار            |                   |       |
| ۳    | شانه چنگالی      |                   |       |
| ۴    | اتوی مو          |                   |       |
| ۵    | حوله             |                   |       |
| ۶    | بابلیس           |                   |       |
| ۷    | اسپری حجم دهنده  |                   |       |
| ۸    | اسپری دوکازی     |                   |       |
| ۹    | موس              |                   |       |
| ۱۰   | ژل               |                   |       |
| ۱۱   | شانه پوش         |                   |       |
| ۱۲   | سنجاق ریز و درشت |                   |       |
| ۱۳   | سنجاق مویی ریز   |                   |       |
| ۱۴   | کش مو و کش بافت  |                   |       |
| ۱۵   | چسب مو           |                   |       |
| ۱۶   | اسپری آهار مو    |                   |       |



| ردیف | نام                    | مشخصات فنی و دقیق | تعداد |
|------|------------------------|-------------------|-------|
| ۱    | واکس مو                |                   |       |
| ۲    | اسپری شاین             |                   |       |
| ۳    | آینه                   |                   |       |
| ۴    | انواع تاج              |                   |       |
| ۵    | انواع سنجاق های تزئینی |                   |       |
| ۶    |                        |                   |       |
| ۷    |                        |                   |       |
| ۸    |                        |                   |       |
| ۹    |                        |                   |       |
| ۱۰   |                        |                   |       |
| ۱۱   |                        |                   |       |
| ۱۲   |                        |                   |       |
| ۱۳   |                        |                   |       |
| ۱۴   |                        |                   |       |
| ۱۵   |                        |                   |       |
| ۱۶   |                        |                   |       |



- 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    |  |