



بسمه تعالی

مرکز ملی تربیت مربی و پژوهش های فنی و حرفه ای

## پودمان آموزشی

گروه آموزشی: مراقبت و زیبایی

عنوان پودمان: بهداشت و مراقبت از ساقه مو با تکنیک CCM

کد تخصصی: ITC-MU-۰۳۷

تاریخ شروع اعتبار: ۱۴۰۲/۰۲/۱۶

تاریخ پایان اعتبار: ۱۴۰۷/۰۲/۱۶

تاریخ بازنگری:

معاونت پژوهش و برنامه ریزی مرکز ملی 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	شیدا صمدیان	دیپلم	کامپیوتر	۳۱ سال	مدیر و موسس	دانشگاه علم و فن آوری شهید بهشتی و مدیر آموزشگاه هرمس
۲	شهاد کاظمی	کاردانی	گریم	۲۰ سال	مربی	دانشگاه علم و فن آوری شهید بهشتی
۳	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.
۴	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.
۵	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.
۶	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.

## اعضای کمیسیون تخصصی تایید کننده

ردیف	نام و نام خانوادگی	مدرک تحصیلی	رشته تحصیلی	سابقه فعالیت	سطح شغلی	آدرس، شماره تلفن، پست الکترونیک
۱	ژیلا سرشاری	دیپلم	تجری	۲۰ سال	مربی	آموزشگاه سرشاری تهران
۲	ناصر دمازی	دیپلم	برق	۳۲ سال	محقق و مربی	دانشگاه علم و فن آوری شهید بهشتی
۳	مریم علیزاده	کارشناسی ارشد	پژوهش هنر	۲۸ سال	رییس گروه	مرکز تربیت مربی
۴	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.
۵	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.
۶	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.

## 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 بتواند آسیب های مربوط به مو را شناسایی و ترمیم کند
نوع گواهینامه	<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 type="checkbox"/> کارآموز آزاد
گستره پوشش	<input type="checkbox"/> منطقه ای <input checked="" type="checkbox"/> کشوری <input type="checkbox"/> دوره های بین المللی (کارآموزان خارجی)
پودمان / پودمان های پیش نیاز	ندارد
طول دوره	ساعت آموزش نظری: ۷ ساعت    کارورزی: ساعت ساعت آموزش عملی: ۲۳ ساعت    پروژه: ساعت جمع ساعات آموزش: ۳۰ ساعت
استاندارد مهارتی مرتبط	آرایش و پیرایش
روش ارزشیابی	<input type="checkbox"/> کتبی <input type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/> کتبی و عملی <input checked="" type="checkbox"/> ارزشیابی حین دوره <input type="checkbox"/> پروژه
سطح مخاطبان پودمان	<input type="checkbox"/> مربی <input checked="" 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
ویژگیهای مدرس	<input type="checkbox"/> حداقل مدرک تحصیلی: دیپلم <input type="checkbox"/> سطح مربی: استاد مربی <input type="checkbox"/> سابقه آموزشی مرتبط: ۱۰ سال



## سر فصل های آموزشی

ردیف	عناوین
۱	آشنایی با استانداردهای محیط کار و پرزنت کلاینت
۲	آناتومی ساقه مو و عوامل آسیب های ساقه مو و مراقبت و بهداشت
۳	آشنایی با تجهیزات، ابزارها و محصولات مراقبتی و بهداشتی و کاربرد هر یک
۴	اجرای تکنیک های مراقبتی روی مو
۵	آشنایی با کراتین و استفاده آن روی مو
۶	بوتاکس تراپی مو
۷	پلکس کردن مو
۸	
۹	
۱۰	



	زمان آموزش			عنوان شایستگی آشنایی با استانداردهای محیط کار و پرزنت کلاینت
	جمع	عملی	نظری	
	۲	۱	۱	
تجهیزات ، ابزار ،	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی			
				دانش :
پاورپوینت-جزوه-پوستر-				آشنایی با محیط کار
تخت کار-تابوره-ترولی-	۰/۵	۰	۰/۵	شناخت استانداردهای محیط
کمد-سرشور-دستگاه اتو	۰/۵	۰	۰/۵	
کلاه-آنالایزر-و کلیه				
تجهیزات و ابزارها-برگه پ-				
الکل- پرزنت کلاینت				
	۱	۱	۰	بکارگیری استانداردهای محیط کار
				نگرش :
				آشنایی با مبانی و تعاریف استاندارد های جهانی
				ایمنی و بهداشت :
				استفاده از ماسک
				-
				توجهات زیست محیطی :
				-مدیریت پسماند مواد
				-



	زمان آموزش			عنوان شایستگی: آناتومی ساقه مو و عوامل آسیب های ساقه مو و مراقبت و بهداشت
	جمع	عملی	نظری	
	۲	۱	۱	
تجهیزات، ابزار،	دانش، مهارت، نگرش، ایمنی			
پاورپوینت-آنالایزر-انواع موها-ماژور-وایت برد-پوستر-جزوه - الکل				دانش:
	۲۰ دقیقه	۰	۲۰ دقیقه	آشنایی با ساختمان ساقه و شکل ظاهری و ضخامت و پیوند های مو
	۲۰ دقیقه	۰	۲۰ دقیقه	آشنایی با رشد و نژاد فولیکوله ای مو
	۲۰ دقیقه	۰	۲۰ دقیقه	بررسی خشکی و شکنندگی و کشسانی و مو خوره و فریز بودن - نازکی و کم فنر ساقه مو
				مهارت:
	۱	۱	۰	آنالیز مو
				نگرش:
				آشنایی با مبانی و تعاریف استاندارد های جهانی
				ایمنی و بهداشت:
				استفاده از ماسک
				توجهات زیست محیطی:
				مدیریت پسماند مواد
				-



	زمان آموزش			عنوان شایستگی: آشنایی با تجهیزات، ابزارها و محصولات مراقبتی و بهداشت و کاربرد هر یک
	نظری	عملی	جمع	
	۱	۳	۴	
تجهیزات، ابزار، ایمنی	دانش، مهارت، نگرش، ایمنی			
شامپوها - ماسک ها - لایه بردارها - کوکتل ها - پاور پوینت - دستگاههای لازم برای توضیح و انجام اصول کار -				دانش:
	۲۰ دقیقه	۰	۲۰ دقیقه	آشنایی با محصولات مراقبت و بهداشتی مو ( شامپوها، ماسک ها، لایه بردارها، کوکتل ها و ویال ها و کنسنتانتره ها)
	۲۰ دقیقه	۰	۲۰ دقیقه	آشنایی با انواع دستگاه های مراقبتی و بهداشتی مو (آنالایزر، نانواستیم دستگاه اوزون، مایکرومیست، اسپرینگل-اتوها)
	۲۰ دقیقه	۰	۲۰ دقیقه	آشنایی با لوازم (اتو، ...)
				مهارت:
	۰/۵	۰/۵	۰	استفاده از محصولات مراقبتی و بهداشتی روی مو (لایه برداری، استفاده از ماسک ها، شامپوها، کوکتل ها)
	۰/۵	۰/۵	۰	جرم گیری و سم زدایی و جلوگیری از مشکلات ساقه مو
	۱	۱	۰	اجرای اوزون تراپی
	۱	۱	۰	اجرای اپلای کوکتل ها و سرم ها و کنسنتانتره ها روی مو
				آشنایی با مبانی و تعاریف استاندارد های جهانی
				ایمنی و بهداشت:
				استفاده از ماسک
				-
				توجهات زیست محیطی:
				مدیریت پسماند مواد





	زمان آموزش			عنوان شایستگی: اجرای تکنیک های مراقبتی روی مو
	جمع	عملی	نظری	
	۴	۳	۱	
تجهیزات ، ابزار ،	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی			
				دانش :
دستگاه آنالایزر - اتوی گر				آشنایی با روش های سنتی بدون نیاز به دستگاه و با دستگاه
- اتوی سرد - مایکرو	۰/۵	۰	۰/۵	
میست - دستگاه نانو استیم				آشنایی با کراتین سرد و گرم
- روپوش - صندلی کلاینت	۰/۵	۰	۰/۵	
- سرشور - شانه - کلیپس				
- سشوار - لوازم ایمنی - محصولها				مهارت :
	۱	۱	۰	به کاری گیری و انجام روش های سنتی با در نظر گرفتن آسیب و انتخاب محصولات و دستگاه ها
	۱	۱	۰	به کارگیری و انجام روش های روز با در نظر گرفتن آسیب و انتخاب محصولات و دستگاه ها
	۱	۱	۰	انجام مراحل کراتین سرد و گرم
				نگرش :
				آشنایی با مبانی و تعاریف استاندارد های جهانی
				ایمنی و بهداشت :
				استفاده از ماسک
				توجهات زیست محیطی :
				مدیریت پسماند مواد
				-



	زمان آموزش			عنوان شایستگی : آشنایی با کراتین و استفاده آن روی مو
	نظری	عمل	جمع	
	۱	۴	۵	
تجهیزات ، ابزار ،	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی			
سرشور - صندلی - دستگاه				دانش :
آنالایزر - شامپوها و ماسک - تریتمنت مناسب - دستگاه	۲۰ دقیقه	۰	۲۰ دقیقه	آشنایی با کراتین (کرمی، ژل، مایع و ترکیبی) و منشا های آن
نانو استیم - ششوار - اوزون - مایکرو میست - اتوی گرم	۲۰ دقیقه	۰	۲۰ دقیقه	نحوه عملکرد منشا شیمیایی و معدنی
- اتوی سرد - شانه دم باریک - آب پاش - حوله - روپوش	۲۰ دقیقه	۰	۲۰ دقیقه	نحوه عملکرد منشا گیاهی و حیوانی
- کلیپس - اسپرینگل - کپسول اکسیژن - آب				مهارت :
آشامیدنی - ماسک - قرص ضد آلرژی - دستگاه تهویه - کاسه - قلم مو - آب مقطر - الکل	۱	۱	۰	به کارگیری کراتین شیمیایی
	۱	۱	۰	انجام کراتین گیاهی نسبت به آسیب مو
	۱	۱	۰	انجام کراتین حیوانی نسبت به آسیب مو
	۱	۱	۰	- انجام کراتین معدنی نسبت به آسیب مو
				نگرش :
				آشنایی با مبانی و تعاریف استاندارد های جهانی
				ایمنی و بهداشت :
				استفاده از ماسک
				توجهات زیست محیطی :
				مدیریت پسماند مواد



	زمان آموزش			عنوان شایستگی : بوتاکس تراپی مو
	نظری	عمل	جمع	
	۱	۸	۹	
تجهیزات ، ابزار ،	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی			
سرشور - صندلی - دستگاه				دانش :
آنالایزر - بوتاکس - کراتین	۳۰	۰	۳۰	کاربرد بوتاکس و نحوه عملکرد آن نسبت به آسیب مو
- شامپو - ماسک - ویال -	دقیقه		دقیقه	
کلیپس حوله - روغن گیاهی	۳۰	۰	۳۰	نحوه بوتاکس تراپی (جامد ساده پیگمنت دار، کرمی ساده و پیگمنت دار، میکس کوکتیل بوتاکس)
- پلکس - شانه - آب پاش	دقیقه		دقیقه	
- کاسه - قلم مو - نانواستیم				مهارت :
- سشوار - اوزون -	۲	۲	۰	اجرای بوتاکس تراپی نسبت به آسیب مو
مایکرومیست - اتوی گرم و	۲	۲	۰	بوتاکس تراپی جامد و ساده و پیگمنت دار نسبت به آسیب مو
سرد - روپوش - کلیپس -	۲	۲	۰	بوتاکس تراپی کرمی و ساده و پیگمنت دار نسبت به آسیب مو
اسپرینگل - سشوار - آب	۲	۲	۰	طرز درست کردن کوکتیل بوتاکس با کراتین ها، پلکس ها و کوکتیل ها
مقطر - آب آشامیدنی -	۲	۲	۰	
				نگرش :
				آشنایی با مبانی و تعاریف استاندارد های جهانی
				ایمنی و بهداشت :
				استفاده از ماسک
				توجهات زیست محیطی :
				مدیریت پسماند مواد
				-



	زمان آموزش			عنوان شایستگی : پلکس کردن مو
	نظری	عمل	جمع	
	۱	۳	۴	
تجهیزات ، ابزار ،	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی			
سرشور - صندلی - دستگاه آنالایزر - نانو استیم - میکرو میست - اتوی سرد - اسپرینگل - شامپو - ماسک - سشوار - کاسه - قلم مو - ویال - کوکتل - بوتاکس - حوله - پلکس شانه - روغن گیاهی - الکل				دانش :
	۱	۰	۱	آشنایی با انواع پلکس ( کرمی ، مایع ، کوکتل های پلکس)
				نحوه عملکرد و اجرای انواع پلکس روی مو
				مهارت :
	۱	۱	۰	عملکرد و اجرای پلکس کرمی نسبت به آسیب مو
	۱	۱	۰	عملکرد پلکس مایع نسبت به آسیب
	۱	۱	۰	عملکرد کوکتل پلکس نسبت به آسیب
			-	
				نگرش :
				دقت در بکارگیری مواد
				ایمنی و بهداشت :
				استفاده از ماسک
				- استفاده از دستکش
				توجهات زیست محیطی :
			- مدیریت در دورریزها	
			-	



	زمان آموزش			عنوان شایستگی :
	جمع	عملی	نظری	
تجهیزات ، ابزار ،	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی			
				دانش :
				مهارت :
				-
				نگرش :
				ایمنی و بهداشت :
				-
			توجهات زیست محیطی :	
			-	



	-
--	---

- برگه استاندارد تجهیزات، مواد، ابزار

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد
۱	بوتاکس	Click or tap here to enter text.	
۲	کوکتل	Click or tap here to enter text.	
۳	ماسک مو	Click or tap here to enter text.	
۴	شامپو	Click or tap here to enter text.	
۵	دستگاه آنالایزر	Click or tap here to enter text.	
۶	نانو استیم	Click or tap here to enter text.	
۷	مایکرو میست	Click or tap here to enter text.	
۸	اتوی سرد	Click or tap here to enter text.	
۹	اسپرینگل	Click or tap here to enter text.	
۱۰	سشوار	Click or tap here to enter text.	
۱۱	کاسه	Click or tap here to enter text.	
۱۲	پلکس شانه	Click or tap here to enter text.	
۱۳	ویال	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
۱۴	قلم مو	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
۱۵	روغن گیاهی	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.
۱۶	حوله	Click or tap here to enter text.	Click or tap here to enter text.



## - منابع و نرم افزار های آموزشی

ردیف	عنوان منبع یا نرم افزار	مؤلف	مترجم	سال نشر	محل نشر	ناشر یا تولید کننده
۱	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.
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.			Click or tap here to enter text.

## فهرست سایت های قابل استفاده در آموزش پودمان

ردیف	
۱	Click or tap here to enter text.
۲	Click or tap here to enter text.
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.