



سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور



جمهوری اسلامی ایران
وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی

بسمه تعالی

معاونت آموزش

دفتر طرح و برنامه های درسی

استاندارد آموزش شغل

مربی مهادای خنده

گروه شغلی

صنعت ورزش

کد ملی آموزش شغل

۳	۴	۲	۲	۳	۰	۹	۱	۰	۰	۴	۰	۰	۰	۱
ISCO-۰۸				سطح مهارت	شناسه گروه			شناسه شغل			شناسه شایستگی			

۳۴۳۲-۴۹-۰۰۷-۱

تاریخ تدوین استاندارد: ۱۳۹۴/۸/۴



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

کد ملی شناسایی آموزش شغل : ۳۴۲۲۳۰۹۱۰۰۴۰۰۰۱

اعضاء کمیسیون تخصصی برنامه ریزی درسی رشته صنعت ورزش:

آقای علی موسوی
آقای رامک فرح آبادی
خانم زهرا زمانی زنوز

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

-
-

فرآیند اصلاح و بازنگری :

-
-

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

آدرس دفتر طرح و برنامه های درسی

تهران ، خیابان آزادی ، خیابان خوش شمالی ، نبش خیابان نصرت ، ساختمان شماره ۲ ، سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور ، پلاک

۹۷

تلفن ۶۶۵۶۹۹۰۷ - ۶۶۹۴۴۱۲۰

دورنگار ۶۶۹۴۴۱۱۷

آدرس الکترونیکی : Barnamehdarci @ yahoo.com



تهیه کنندگان استاندارد آموزش شغل شایستگی

ردیف	نام و نام خانوادگی	آخرین مدرک تحصیلی	رشته تحصیلی	شغل و سمت	سابقه کار مرتبط	آدرس ، تلفن و ایمیل
۱	رقیه یادگاری	لیسانس	میکروبیولوژی	مدیر و مربی	۱۰ سال سابقه ۴ سال رسمی فدراسیون تربیت بدنی	تلفن ثابت: +۲۶۳۲۵۳۹۶۸۵ تلفن همراه: +۹۱۲۳۳۷۳۲۲۴ ایمیل: Nasimvadegari۲۶۱@yahoo.com آدرس: کرج آموزشگاه هنر زندگی
۲	رضا یادگاری	فوق لیسانس	کارآفرینی		ده سال	تلفن ثابت: +۲۶۳۲۵۳۹۶۸۵ تلفن همراه: +۹۱۲۸۹۸۹۱۱۳ ایمیل: vadegari_reza@yahoo.com آدرس: کرج آموزشگاه هنر زندگی
۳	میینا ابراهیمی	دانشجو		مربی ماساژ	دو سال	تلفن ثابت: +۲۶۳۲۵۳۹۶۸۵ تلفن همراه: ایمیل: آدرس: کرج - آموزشگاه هنر زندگی
۴	مهشید سنایی فرد	فوق لیسانس	کارآفرینی	مربی	ده سال	تلفن ثابت: +۲۶۳۲۵۳۹۶۸۵ تلفن همراه: +۹۱۲۳۱۶۴۷۳۵ ایمیل: Mahshid_fard@yahoo.com آدرس: کرج آموزشگاه هنر زندگی
						تلفن ثابت : تلفن همراه : ایمیل : آدرس :
						تلفن ثابت : تلفن همراه : ایمیل : آدرس :
						تلفن ثابت : تلفن همراه : ایمیل : آدرس :

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

کارورزی:

کارورزی صرفاً در مشاغلی است که بعد از آموزش نظری یا همگام با آن آموزش عملی به صورت محدود یا با ماکت صورت می گیرد 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 می آموزد و ضرورت دارد مدتی در یک مکان واقعی آموزش عملی ببیند و شامل بسیاری از مشاغل نمی گردد).

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 استاندارد آموزش شغل:

مربی مهادای خنده

شرح استاندارد آموزش شغل:

مربی مهادای خنده، شغلی است از مشاغل حوزه صنعت ورزش که شامل کارهایی چون ساختار شکنی و انجام تکنیک های خنده می باشد.

ویژگی کارآموزی ورودی:

حداقل میزان تحصیلات: دیپلم

حداقل توانایی جسمی و ذهنی: حداقل توانایی های جسمانی و ذهنی

مهارت پیش نیاز: استاندارد آموزشی اجرای تکنیک های مقدماتی و پیشرفته مهادا

طول دوره آموزش:

طول دوره آموزش : ۹۰ ساعت

- زمان آموزش نظری : ۳۰ ساعت

- زمان آموزش عملی : ۶۰ ساعت

- زمان کارورزی : - ساعت

زمان پروژه : - ساعت

بودجه بندی ارزشیابی (به درصد)

- کتبی: ۲۵٪

- عملی: ۶۵٪

- اخلاق حرفه ای : ۱۰٪

صلاحیت های حرفه مربیان:

لیسانس با حداقل ۲ سال سابقه کار آموزشی در رشته های ورزشی و دارا بودن گواهینامه دوره انجام تکنیک های پیشرفته مهادا



*** تعریف دقیق استاندارد (اصطلاحی) :**

مهادا: انجام تکنیک های حرکات بدنی با کاربرد ابزار و تجهیزات مربوطه طبق اصول صحیح و دوره آموزشی مربی مهادای خنده منجر به تربیت مربی در زمینه کاربرد مهادای شاد خواهد بود .

*** اصطلاح انگلیسی استاندارد (و اصطلاحات مشابه جهانی) :**

الم نجعل الارض مهادا : Mehada

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

- انجام تکنیک های مقدماتی مهادا
- انجام تکنیک های پیشرفته مهادا
- مربی مهادا
- مهادای شاد

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

- الف : جزو مشاغل عادی و کم آسیب طبق سند و مرجع
- ب : جزو مشاغل نسبتاً سخت طبق سند و مرجع
- ج : جزو مشاغل سخت و زیان آور طبق سند و مرجع
- د : نیاز به استعلام از وزارت کار



استاندارد آموزش شغل

- کارها

ردیف	عناوین
۱	ساختار شکنی
۲	اجرای تکنیک های عملی شادسازی



	زمان آموزش			عنوان:
	جمع	عملی	نظری	ساختار شکنی
	۴۵	۳۰	۱۵	
تجهیزات، ابزار، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش، مهارت، نگرش، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
• تخته وایت برد	۱۵			دانش:
• ماژیک وایت برد				مفاهیم ساختار شکنی توسط مربی (با آگاهی از وضعیت هنرجو)
• تخته پاک کن وایت برد				تاثیر ساختار شکنی بر ذهن توسط مربی (با آگاهی از وضعیت هنرجو)
• کاغذ A4				مراحل فرآیند ساختار شکنی
• بسته های آزمون				انواع محدودیت های ساختار شکنی
• نهایی حرکات اصلاحی	۳۰			مهارت ها:
• جعبه کمک های اولیه				تعریف یک پروژه ساختار شکنی
• اسکلت (مولاژ) انسان				اجرای یک پروژه ساختار شکنی
• نت و آجر و کمر بند ورزشی				نگرش: - دقت در سنجش توانایی های جسمی
• میز و صندلی مربی				ایمنی و بهداشت: سیستم تهویه مناسب
• میز و صندلی کارآموز				- جعبه کمک های اولیه
• کپسول آتش نشانی				- کپسول آتش نشانی
				توجهات زیست محیطی: - -



	زمان آموزش			عنوان: اجرای تکنیک های عملی شاد سازی
	جمع	عملی	نظری	
	۴۵	۳۰	۱۵	
تجهیزات، ابزار، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش، مهارت، نگرش، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
تخته وایت برد	۱۵			دانش:
ماژیک وایت برد				تعریف تکنیک های شاداب سازی
تخته پاک کن وایت برد				تاثیر شاداب سازی بر ذهن و اهمیت آن
کاغذ A۴				مراحل فرایند شاداب سازی
بسته های آزمون	۳۰			انواع محدودیت انجام تکنیک ها
نهایی حرکات اصلاحی				مهارت ها:
جعبه کمک های اولیه				تعریف یک پروژه شاداب سازی
اسکلت (مولاژ) انسان				اجرای یک پروژه شاداب سازی
نت و آجر و کمر بند ورزشی				نگرش:
میز و صندلی مری				- دقت در سنجش توانایی های جسمی
میز و صندلی کارآموز				ایمنی و بهداشت: سیستم تهویه مناسب
کپسول آتش نشانی				- جعبه کمک های اولیه
				- کپسول آتش نشانی
				توجهات زیست محیطی:
				-
				-



- برگه استاندارد تجهیزات

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۱	تخته وایت برد	۱/۵ مترمربع	۱	
۲	جعبه کمک های اولیه	استاندارد	۱	
۳	سیستم تهویه هوا	استاندارد	۱	

توجه :

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

- برگه استاندارد مواد

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۱	نوشت افزار	۴ رنگ \times ۱۵ نفر = ۶۰	۶۰ عدد	
۲	تخته پاک کن وایت بردی	استاندارد	۱ عدد	
۳	کاغذ A۴	۵۰۰ برگی	۱ بسته	
۴	ماژیک وایت برد	استاندارد	۶ عدد	

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	سایپورت	استاندارد	به تعداد نفرات	
۲	آجر	استاندارد	دو برابر تعداد نفرات	
۳	مت	استاندارد	به تعداد نفرات	
۴	توپ	استاندارد	به تعداد نفرات	

توجه :

- ابزار به ازاء هر سه نفر محاسبه شود .



– منابع و نرم افزار های آموزشی (اصلی مورد استفاده در تدوین و آموزش استاندارد)

ردیف	عنوان منبع یا نرم افزار	مolf	مترجم	سال نشر	محل نشر	ناشر یا تولید کننده
۱	راهنمای عمل تمرینات تخصصی آمادگی جسمانی	دکتر گایینی (دیویان اچ. می. وارد)		تهران ۱۳۸۱	اداره کل تربیت بدنی نیروی انتظامی	
۲	کتابچه راهنمای آموزشی مهادا	رقیه یادگاری		-	جزوه	
۳	کتابچه راهنمای مربیان آمادگی جسمانی	بابک سودمند		فدراسیون آمادگی جسمانی ۱۳۸۵	فدراسیون آمادگی جسمانی	

فهرست سایت های قابل استفاده در آموزش استاندارد

ردیف	عنوان
۱	Honarzendegimehada.blogfa.com
۲	www.Honarzendegi.ir