

جمهوری اسلامی ایران
وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی
مرکز برنامه ریزی و آموزش نیروی انسانی

استاندارد مهارت و آموزش
کاربر رایانه

کد استاندارد: ۸۳-۱۱/۳-ف، ه
سال تألیف: ۱۳۸۳



مرکز برنامه ریزی و آموزش نیروی انسانی

نام استاندارد :

کاربررایانه

اعضاء کمیسیون تخصصی:

شهناز علیزاده جهتی

اعضاء کمیسیون نظارت و بررسی :

عبدالرضا جمالی فرد (کارشناس دفتر آموزش

و پرورش کار دانش)

حمید رضا جهانی (کارشناس دفتر برنامه

ریزی و تالیف کتب درسی فنی و حرفه ای و

کار دانش)

همکاری و هماهنگی : راضیه سیادتی - حوریه

هاشمی

حروفچین :

ناشر :

تیراژ :

نوبت چاپ : اول

سال انتشار :

چاپ و صحافی :

تعداد صفحه :

تعریف مهارت :

کاربر رایانه کسی است که ضمن رعایت اصول ایمنی و بهداشتی ، با تکیه بر مفاهیم و مبانی رایانه ، سیستم رایانه ای را راه اندازی نماید و بتواند با استفاده از سیستم عامل ویندوز از عهده ذخیره سازی ، نگهداری و مدیریت اطلاعات بر آمده و با بکار گیری نرم افزار و سخت افزار خروجی اطلاعات را تحویل دهد . علاوه بر آن بتواند با استفاده از اینترنت اطلاعات مورد نظر را جستجو و استخراج نماید و از پست الکترونیک جهت ارسال و دریافت اطلاعات استفاده نماید.

مدت دوره کار آموزی :

زمان آموزش نظری : ۶۰

زمان آموزش عملی : ۱۲۵

کد استاندارد :

۸۳-۱۱/۳-ف.ه

مفاهیم اصطلاحات بکار برده شده در استاندارد :

۱- کلمه آشنائی : به مفهوم داشتن اطلاعات مقدماتی

۲- کلمه شناسائی : به مفهوم داشتن اطلاعات کامل

۳- کلمه اصول : به مفهوم مبانی مطالب تئوری

۴- کلمه توانائی : به مفهوم قدرت انجام کار



شرایط هنرجو :

۱- حداقل تحصیلات : سوم راهنمایی

۲- وضعیت جسمانی :

سایر شرایط : ارائه گواهینامه های طراحی گرافیک

شرایط هنرآموز و استادکار:

میزان تحصیلات : حداقل فوق دیپلم

رشته تحصیلی : زیر گروه کامپیوتر

سابقه کار : حداقل دو سال

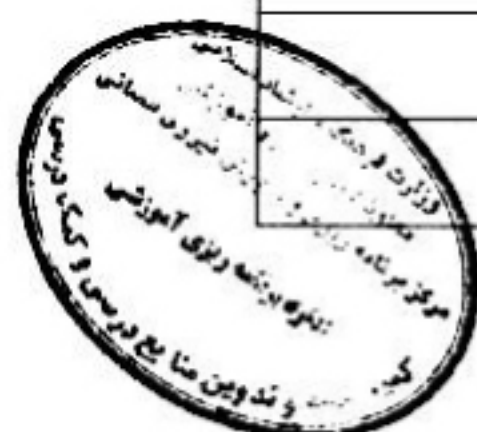
سایر شرایط: مورد تأیید مرکز برنامه ریزی و آموزش نیروی انسانی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی

شرایط محیط کارگاهی :

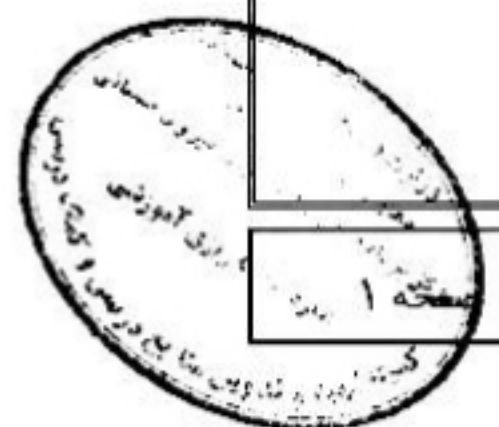


فهرست توانائی ها :

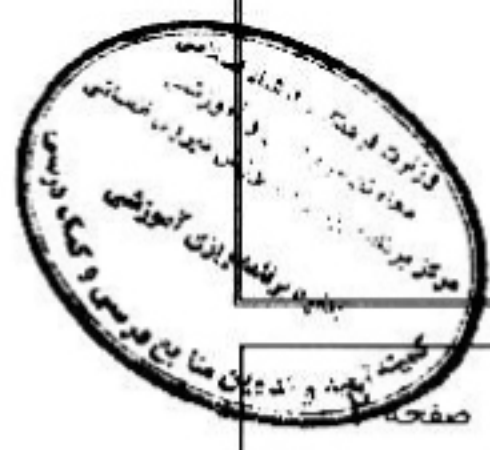
ردیف	عنوان	صفحه
۱	توانایی رعایت اصول ایمنی و بهداشت در محیط کار	۱
۲	توانایی درک مفاهیم اولیه و عملکرد قسمت های مختلف سیستم کامپیوتری	۲
۳	توانایی کار با محیط ویندوز با بکارگیری ماوس و صفحه کلید	۵
۴	توانایی مدیریت فایلها ، پوشه ها و درایوها	۷
۵	توانایی تنظیم خصوصیات صفحه نمایش و Desktop	۸
۶	توانایی مدیریت اجرای برنامه ها	۹
۷	توانایی کار با برنامه های فرعی رایج	۹
۸	توانایی کار با Recycle Bin	۱۰
۹	توانایی مدیریت دیسکها	۱۰
۱۰	توانایی چاپ اطلاعات	۱۱
۱۱	توانایی تشخیص و از بین بردن ویروس های کامپیوتری	۱۲
۱۲	توانایی برقراری ارتباط با اینترنت	۱۳
۱۳	توانایی کار با پست الکترونیک (نرم افزار Outlook)	۱۴



ردیف	عنوان توانائیاها (.....)	دانش ومعلومات مورد نیاز (۱)	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی (۲)	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزارمورد نیاز (۳)
				روز	ساعت	
۱	توانایی رعایت اصول ایمنی و بهداشتی در محیط کار	۱-۱-۱- آشنایی با مفاهیم پیشگیری از حوادث و رعایت نکات حفاظت و بهداشت کار ۱-۱-۲- آشنایی با عوامل فیزیکی زیان آور ۱-۱-۲-۱- صدا، گرما، سرما، رطوبت، نور و تشعشعات مضر ۱-۱-۲-۲- گرد و غبار ۱-۱-۳- آشنایی با ارگونومی بدن ۱-۱-۳-۱- وضعیت بدن در حالت نشسته و ایستاده هنگام کار ۱-۱-۳-۲- خستگی و عوامل ایجاد خستگی ۱-۱-۴- آشنایی با موارد انضباطی و مقررات کارگاه ۱-۱-۵- شناسایی وسایل وتجهیزات ایمنی وانفرادی در هنگام کار و کاربرد آنها ۱-۱-۶- آشنایی با علائم و دستور العملهای ایمنی ۱-۱-۷- آشنایی باوسایل واصول پیشگیری و مبارزه با آتش سوزی در کارگاه	۱-۲-۱- بازدید از محیط کار و آموزش و رعایت تذکرات حفاظت و بهداشت کار طبق دستورالعمل ۱-۲-۲- ایستادن و نشستن در هنگام کار به طور صحیح طبق دستورالعمل ۱-۲-۳- جا به جا کردن مواد و قطعات در محیط کار به طور صحیح طبق دستورالعمل ۱-۲-۴- استفاده از وسایل ایمنی و فردی طبق دستورالعمل ۱-۲-۵- توضیح و نشان دادن علائم و دستورالعملهای ایمنی و نیز رعایت آنها طبق دستورالعمل ۱-۲-۶- استفاده از سیلندراطفاء حریق، به طور آزمایشی طبق دستورالعمل	۵	۱۵	۱- کپسول آتش نشانی ۲- میز کار ۳- صندلی ۴- وسایل و تجهیزات کارگاهی



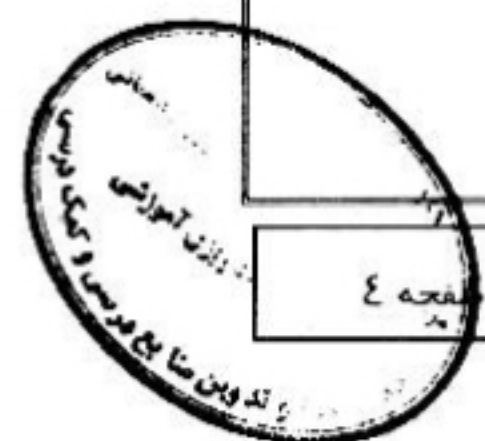
ردیف	عنوان توانائیاها (.....)	دانش و معلومات مورد نیاز (۱)	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی (۲)	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز (۳)
				نظری	عملی	
۲	توانایی شناخت مفاهیم اولیه و عملکرد قسمت‌های مختلف سیستم کامپیوتری	۲/۱-۱- آشنایی با تعریف کامپیوتر ۲/۱-۲- آشنایی با مزایای استفاده از کامپیوتر ۲/۱-۳- سرعت ، دقت ، اطمینان ، حافظه بالا ۲/۱-۴- آشنایی با تعاریف و اصطلاحات اساسی ۲/۱-۵- داده ، پردازش ، اطلاعات ، سیستم ۲/۱-۶- آشنایی با سیستم کامپیوتری و قسمت‌های آن ۲/۱-۷- ورودی ، پردازش ، خروجی ۲/۱-۸- آشنایی با علوم کامپیوتر ۲/۱-۹- سخت افزرا ، نرم افزار ، میان افزار ۲/۱-۱۰- آشنایی با انواع کامپیوتر براساس قدرت پردازش و کاربرد ۲/۱-۱۱- ابرکامپیوتر ، کامپیوترهای بزرگ ، کامپیوترهای کوچک ، کامپیوترهای ریز (شخصی) ۲/۱-۱۲- آشنایی با انواع کامپیوترهای شخصی ۲/۱-۱۳- رومیزی ، انواع کیفی ، دستی ، دستیار دیجیتال شخصی ۲/۱-۱۴- شناسایی ساختار عمومی یک کامپیوتر شخصی و اجزاء آن ۲/۱-۱۵- برد اصلی (Mainboard) ۲/۱-۱۶- اجزاء تشکیل دهنده و شرح وظایف آن ۲/۱-۱۷- ریزپردازنده (cpu) ۲/۱-۱۸- انواع رایج ، اجزای داخلی و شرح وظائف آن ۲/۱-۱۹- حافظه (Memory) ۲/۱-۲۰- انواع حافظه (اصلی و جانبی) ، عملکرد و شرح وظائف آنها ۲/۱-۲۱- واحدهای حافظه (بیت ، کیلو بایت ، مگابایت ، گیگا بایت ، هگزا بایت و ...)	۲/۲-۱- مطالعه و تحقیق درخصوص برد اصلی و انواع آن ۲/۲-۲- مطالعه و تحقیق در خصوص CPU و انواع آن ۲/۲-۳- مطالعه و تحقیق در خصوص دستگاههای ورودی ۲/۲-۴- مطالعه و تحقیق در خصوص دستگاههای خروجی ۲/۲-۵- مطالعه و تحقیق در خصوص انواع RAM ۲/۲-۶- مطالعه و تحقیق در خصوص انواع حافظه جانبی ۲/۲-۷- مطالعه و تحقیق در خصوص انواع سخت افزارهای مکمل سیستم کامپیوتری ۲/۲-۸- مطالعه و تحقیق در خصوص منبع تغذیه و انواع آن ۲/۲-۹- مطالعه و تحقیق در خصوص Case و انواع آن	۸	۱۰	۱- سیستم کامپیوتر ۲- برد اصلی ۳- Cpu ۴- Ram ۵- کارت صوتی ۶- کارت گرافیک ۷- کارت مودم ۸- کارت شبکه ۹- انواع دستگاههای ورودی و خروجی ۱۰- انواع حافظه جانبی



ردیف	عنوان توانائیهها (.....)	دانش و معلومات مورد نیاز (۱)	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی (۲)	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز (۳)
				نظری	عملی	
		۲-۲-۸-۲-۱-انواع حافظه اصلی و کاربردهای آنها (RAM و انواع آن ، ROM) ۲-۲-۸-۳-۲-روشهای دسترسی به اطلاعات (ترتیبی و مستقیم) ۲-۲-۸-۳-۴-انواع حافظه جانبی و کاربردهای آنها (نوار مغناطیسی، دیسک مغناطیسی و انواع آن ، دیسک نوری ، دیسک فشرده و انواع آن ، DVD و انواع آن ، دیسک ZIP) ۲-۲-۸-۴-سخت افزارهای مکمل ، شرح وظایف آنها و محل قرارگیری آنها ۲-۲-۸-۴-۱-کارت گرافیکی ، کارت صدا ، کارت شبکه ، کارت مودم ، کارت ویدیویی ۲-۲-۸-۵-دستگاههای ورودی ۲-۲-۸-۵-۱-صفحه کلید و انواع آن ، ماوس و انواع آن ، اهرم هدایت (joystick) ، Control pad (Touch pad) ، پویشر و انواع آن (scanner) ، میکروفن ، دوربین دیجیتالی ، دیسک گردان ها ، صفحه نمایش لمسی ، گوی مسیریاب ، قلم نوری و ... ۲-۲-۸-۶-دستگاههای خروجی ۲-۲-۸-۶-۱-انواع چاپگر (ضربه ای و غیر ضربه ای و انواع آنها) ، انواع رسام ، انواع صفحه نمایش ، بلندگو و ... ۲-۲-۸-۷-تأمین کننده انرژی (Power) و انواع آن ۲-۲-۸-۸-Case و انواع آن ۲-۲-۸-۹-آشنایی با عوامل مؤثر در کارایی سیستم ۲-۲-۸-۹-۱-سرعت cpu ، اندازه Ram ، ظرفیت و سرعت دیسک سخت ۲-۲-۸-۱۰-آشنایی با خصوصیات و مشخصه های رایانه های مناسب برای انجام کارهای گرافیکی ، متحرک سازی و تدوین فیلم و صدا				



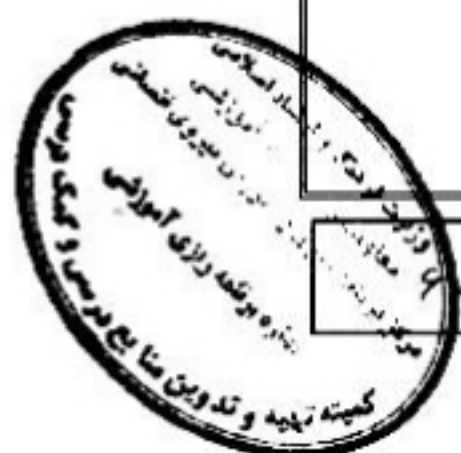
ردیف	عنوان توانائیاها (.....)	دانش و معلومات مورد نیاز (۱)	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی (۲)	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز (۳)
				تئوری	عملی	
		۱۱-۲/۱-آشنایی با نرم افزار و انواع آن ۱۱-۲/۱-۱-سیستمی، کاربردی و انواع آنها ۱۲-۲/۱-آشنایی با سیستم عامل ۱۲-۲/۱-۱-شرح وظایف و عملکرد سیستم عامل ۱۲-۲/۱-۲-انواع سیستم عامل از نظر تعداد کاربر، نوع رابط و مدیریت اجرای برنامه ها ۱۳-۲/۱-آشنایی با روشهای انتقال اطلاعات و ویژگیهای آنها ۱۳-۲/۱-۱-سری و موازی ۱۴-۲/۱-آشنایی با تعریف شبکه کامپیوتری و دلایل استفاده از آن ۱۵-۲/۱-آشنایی با قسمتهای اصلی یک سیستم ارتباط داده ای ۱۵-۲/۱-۱-فرستنده، گیرنده، کانال ارتباطی و مبدل داده ها ۱۶-۲/۱-آشنایی با انواع شبکه از نظر فاصله مکانی ۱۶-۲/۱-۱-محلی (LAN)، شهری (MAN)، گسترده (WAN) ۱۷-۲/۱-آشنایی با شبکه داده عمومی (PSDN) ۱۸-۲/۱-آشنایی با شبکه هوشمند دیجیتالی (ISDN) ۱۹-۲/۱-آشنایی با ارتباطات ماهواره ای				



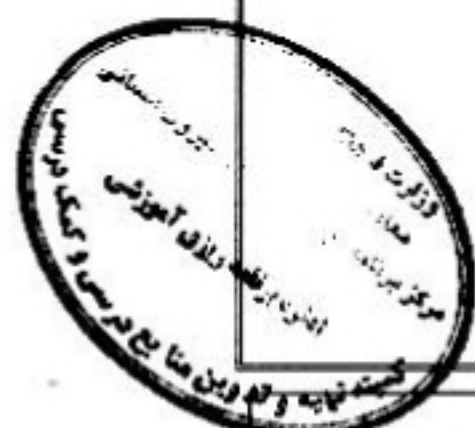
ردیف	عنوان تواناییها (.....)	دانش و معلومات مورد نیاز (۱)	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی (۲)	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز (۳)
				ساعت	روز	
۳	توانایی کار با محیط ویندوز با بکارگیری ماوس و صفحه کلید	۳/۱-۱-۱-۱ شناسایی اصول روشن کردن کامپیوتر ۳/۱-۱-۱-۲-۱ بررسی وضعیت اتصالات مانیتور، صفحه کلید و ماوس به case ۳/۱-۱-۲-۲ روشن نمودن کامپیوتر و مانیتور ۳/۱-۱-۲-۳ شناسایی عملکرد کلیدهای Power و Restart و تفاوت آنها ۳/۱-۲-۲ شناسایی مفاهیم اولیه و اصول کار با ماوس ۳/۱-۲-۱-۱ Pointer، کلیک، دابل کلیک، کلیک راست، Drag & Drop، Right Drag ۳/۱-۲-۳ شناسایی کلیدهای صفحه کلید و عملکرد آنها ۳/۱-۲-۴ شناسایی محیط کار ویندوز ۳/۱-۲-۴-۱ Start Menu، Taskbar، Shortcut، Icon، Desktop، Notification Area(System Tray) ۳/۱-۲-۵ آشنایی با پنجره و اجزاء آن ۳/۱-۲-۵-۱ تعریف پنجره، حاشیه یا قاب، نوار عنوان، منوی کنترل، دکمه بستن، دکمه Minimize، دکمه Restore، نوار منو، نوار ابزار، فضای کار، نوار آدرس، نوار وضعیت، ناحیه وظیفه، ۳/۱-۲-۶ شناسایی اصول تغییر وضعیت پنجره از حالت فعال و غیرفعال ۳/۱-۲-۷ شناسایی اصول مرتب سازی پنجره ها ۳/۱-۲-۷-۱ Cascade، Tile windows Horizontaly، Tile windows Vertically ۳/۱-۲-۸ شناسایی اصول جا به جا کردن پنجره ها با ماوس و صفحه کلید ۳/۱-۲-۹ شناسایی اصول تغییر اندازه پنجره ها با ماوس و صفحه کلید ۳/۱-۲-۱۰ شناسایی اصول فعال سازی و Minimize کردن پنجره ها از طریق Taskbar ۳/۱-۲-۱۱ شناسایی اصول پیمایش در یک پنجره	۳/۲-۱ مشاهده و بررسی در خصوص وضعیت اتصالات مانیتور، صفحه کلید و ماوس به case ۳/۲-۲ روشن نمودن کامپیوتر و مانیتور طبق دستورالعمل ۳/۲-۳ مشاهده و بررسی عملکرد کلیدهای Power و Restart و تفاوت آنها ۳/۲-۴ کار با ماوس و انجام اعمال کلیک، دابل کلیک، کلیک راست، Drag & Drop، Right Drag طبق دستورالعمل ۳/۲-۵ کار با کلیدهای صفحه کلید طبق دستورالعمل ۳/۲-۶ مشاهده و بررسی محیط کار ویندوز و شناخت اجزاء آن ۳/۲-۷ مشاهده پنجره و بررسی اجزاء آن ۳/۲-۸ تغییر وضعیت پنجره از حالت فعال و غیرفعال طبق دستورالعمل ۳/۲-۹ مرتب سازی پنجره ها در حالت های مختلف طبق دستورالعمل ۳/۲-۱۰ جا به جا کردن پنجره ها با ماوس و صفحه کلید طبق دستورالعمل ۳/۲-۱۱ تغییر اندازه پنجره ها با ماوس و صفحه کلید طبق دستورالعمل ۳/۲-۱۲ فعال سازی و Minimize کردن پنجره ها از طریق Taskbar طبق دستورالعمل ۳/۲-۱۳ پیمایش در یک پنجره طبق دستورالعمل ۳/۲-۱۴ انتقال Taskbar با استفاده از ماوس و صفحه کلید طبق دستورالعمل ۳/۲-۱۵ راه اندازی مجدد ویندوز و خاموش کردن کامپیوتر با استفاده از ماوس و صفحه کلید طبق دستورالعمل	۵	۱۰	۱- سیستم کامپیوتر ۲- سیستم عامل ویندوز XP



ردیف	عنوان تواناییها (.....)	دانش و معلومات مورد نیاز (۱)	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی (۲)	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز (۳)
				نظری	عملی	
		۱۲-۲/۱- شناسایی اصول انتقال Taskbar با استفاده از ماوس و صفحه کلید ۱۳-۲/۱- شناسایی اصول راه اندازی مجدد ویندوز و یا خاموش کردن کامپیوتر با استفاده از ماوس و صفحه کلید ۱-۱۲-۲/۱- Hibernate , Standby , Restart , Turn off				



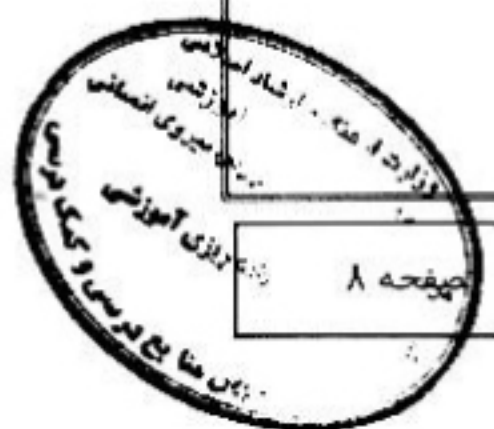
ردیف	عنوان توانائیاها (.....)	دانش و معلومات مورد نیاز (۱)	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی (۲)	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز (۳)
				وقت	روز	
۴	توانایی مدیریت فایلها و پوشه ها و درایوها	۴/۱-۱- آشنایی با تعاریف فایل و پوشه و درایو ۴/۱-۲- شناسایی فایل و پوشه و درایو ۴/۱-۳- آشنایی با مفهوم پارتیشن بندی و علل ایجاد پارتیشن ۴/۱-۴- شناسایی اصول قوانین نام گذاری فایلها و پوشه ها و درایوها ۴/۱-۵- آشنایی با انواع درایو و فایل ۴/۱-۶- شناسایی اصول تغییر نحوه نمایش فایلها و پوشه ها (محتویات پنجره ها) ۴/۱-۷- شناسایی ساختار سلسله مراتبی پوشه ها ۴/۱-۸- شناسایی اصول انتخاب فایلها و پوشه ها ۴/۱-۸-۱- یک فایل یا یک پوشه ۴/۱-۸-۲- گروهی از فایلها و پوشه های پشت سرهم ۴/۱-۸-۳- گروهی از فایلها و پوشه های جدا از هم ۴/۱-۹- شناسایی اصول ایجاد پوشه و فایل ۴/۱-۱۰- شناسایی مشخصات پوشه ها و فایلها و درایوها ۴/۱-۱۱- شناسایی اصول تغییر نام فایلها و پوشه ها و درایوها ۴/۱-۱۲- شناسایی اصول حذف فایلها و پوشه ها ۴/۱-۱۳- شناسایی اصول کپی کردن فایلها و پوشه ها ۴/۱-۱۴- شناسایی اصول انتقال فایلها و پوشه ها ۴/۱-۱۵- شناسایی اصول کپی کردن و انتقال فایلها و پوشه ها با استفاده از گزینه Send to ۴/۱-۱۶- شناسایی اصول ساختن میان بر ۴/۱-۱۷- شناسایی اصول جستجوی فایلها و پوشه ها	۴/۲-۱- مطالعه و تحقیق در خصوص پارتیشن بندی و علل ایجاد پارتیشن ۴/۲-۲- مطالعه و تحقیق در خصوص نحوه نام گذاری فایلها و پوشه ها و درایوها ۴/۲-۳- مشاهده و بررسی درایوها، پوشه ها و فایلها ۴/۲-۴- تغییر نحوه نمایش فایلها و پوشه ها طبق دستور العمل ۴/۲-۵- مشاهده و بررسی ساختار سلسله مراتبی پوشه ها ۴/۲-۶- انتخاب فایلها و پوشه ها به روشهای مختلف طبق دستور العمل ۴/۲-۷- ایجاد پوشه و فایل طبق دستور العمل ۴/۲-۸- مشاهده و بررسی مشخصات پوشه ها و فایلها و درایوها ۴/۲-۹- تغییر نام فایلها و پوشه ها و درایوها طبق دستور العمل ۴/۲-۱۰- حذف فایلها و پوشه ها طبق دستور العمل ۴/۲-۱۱- کپی کردن و انتقال فایلها و پوشه ها طبق دستور العمل ۴/۲-۱۲- کپی کردن و انتقال فایلها و پوشه ها با استفاده از گزینه Send to طبق دستور العمل ۴/۲-۱۳- ساختن میان بر طبق دستور العمل ۴/۲-۱۴- جستجوی فایلها و پوشه ها به روشهای مختلف طبق دستور العمل	۵	۱۰	۱- سیستم کامل کامپیوتر ۲- سیستم عامل ویندوز XP



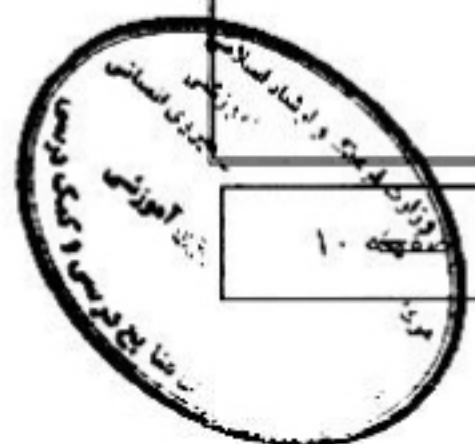
ردیف	عنوان تواناییها (.....)	دانش و معلومات مورد نیاز (۱)	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی (۲)	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز (۳)
				روز	ساعت	
۵	توانایی تنظیم خصوصیات صفحه نمایش و Desktop	۵/۱-۱-آشنایی با پنجره Display Properties ۵/۱-۱-۱-شناسایی اصول کار با اجزاء زبانہ Thems ۵/۱-۱-۲-شناسایی اصول کار با زبانہ Desktop و انجام تنظیمات آن ۵/۱-۱-۳-شناسایی اصول کار با زبانہ Screen Saver و انجام تنظیمات آن ۵/۱-۱-۴-شناسایی اصول کار با زبانہ Appearance و انجام تنظیمات آن ۵/۱-۲-شناسایی اصول سفارشی کردن منوی شروع ۵/۱-۲-۱-انجام تنظیمات زبانہ Start Menu از پنجره Taskbar and start menu properties ۵/۱-۲-۲-شناخت پنجره Customize Start Menu و انجام تنظیمات زبانہ های آن ۵/۱-۲-۳-افزایش و حذف برنامه ها به / از قسمتهای مختلف منوی شروع ۵/۱-۲-۴-ایجاد و حذف پوشه ها و برنامه ها را All programs ۵/۱-۲-شناسایی اصول کار با گزینه Folder options ۵/۱-۴-شناسایی اصول تغییر خصوصیات نوار وظیفه ۵/۱-۵-شناسایی اصول ایجاد نوار ابزار و تنظیم خصوصیات آن	۵/۲-۱-کار با اجزاء زبانہ Thems طبق دستور العمل و انجام تنظیمات آن طبق دستور العمل ۵/۲-۲-کار با زبانہ Desktop و انجام تنظیمات آن طبق دستور العمل ۵/۲-۳-کار با زبانہ Screen Saver و انجام تنظیمات آن طبق دستور العمل ۵/۲-۴-کار با زبانہ Appearance و انجام تنظیمات آن طبق دستور العمل ۵/۲-۵-سفارشی کردن منوی شروع طبق دستور العمل ۵/۲-۶-انجام تنظیمات زبانہ Start Menu با استفاده از پنجره Taskbar and start menu properties طبق دستور العمل ۵/۲-۷-انجام تنظیمات پنجره Customize Start Menu طبق دستور العمل ۵/۲-۸-افزایش و حذف برنامه ها به / از قسمتهای مختلف منوی شروع طبق دستور العمل ۵/۲-۹-ایجاد و حذف پوشه ها و برنامه ها را All programs طبق دستور العمل ۵/۲-۱۰-کار با گزینه Folder options طبق دستور العمل ۵/۲-۱۱-تغییر خصوصیات نوار وظیفه طبق دستور العمل ۵/۲-۱۲-ایجاد نوار ابزار و تنظیم خصوصیات آن طبق دستور العمل	۸	۴	۱- سیستم کامل کامپیوتر ۲- سیستم عامل ویندوز XP



ردیف	عنوان تواناییها (.....)	دانش و معلومات مورد نیاز (۱)	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی (۲)	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز (۳)
				وقت	تعداد	
۶	توانایی مدیریت اجرای برنامه ها	۶/۱-۱- شناسایی اصول اجرای برنامه ها ۶/۱-۱-۱- از طریق پوشه فایل ۶/۱-۱-۲- از طریق گزینه Run ۶/۱-۲- شناسایی اصول کار با پنجره Command Prompt و برخی دستورات ۶/۱-۲-۱- دستورات dir, cd, Rd, Copy, Del, Ren, Type ۶/۱-۲-۲- شناسایی اصول اجرای برنامه ها براساس زمان بندی معین ۶/۱-۲-۱- زمان بندی یک برنامه برای اجرا ۶/۱-۲-۲- شروع استفاده از برنامه زمان بندی ۶/۱-۲-۳- لغو اجرای کار برنامه زمان بند ۶/۱-۲-۴- حذف یک برنامه از برنامه زمان بند	۶/۲-۱- اجرای برنامه ها به روشهای مختلف طبق دستور العمل ۶/۲-۲- کار با پنجره Command Prompt و دستورات dir, cd, Rd, Copy, Del, Ren, Type طبق دستور العمل ۶/۲-۳- اجرای برنامه ها براساس زمان بندی معین طبق دستور العمل ۶/۲-۴- لغو اجرا و حذف یک برنامه از برنامه زمان بند طبق دستور العمل	۷	۵	۱- سیستم کامل کامپیوتر ۲- سیستم عامل ویندوز XP
۷	توانایی کار با برنامه های فرعی رایج	۷/۱-۱- شناسایی اصول کار با ماشین حساب ۷/۱-۲- شناسایی اصول کار با Paint ۷/۱-۳- شناسایی اصول کار با Note pad ۷/۱-۴- شناسایی اصول کار با Sound Recorder ۷/۱-۵- شناسایی اصول کار با Volume control ۷/۱-۶- شناسایی اصول کار با Windows Media Player ۷/۱-۷- شناسایی اصول کار با Character Map ۷/۱-۸- شناسایی اصول کار با System Information ۷/۱-۹- شناسایی اصول کار با Word pad	۷/۲-۱- کار با ماشین حساب طبق دستور العمل ۷/۲-۲- کار با Paint طبق دستور العمل ۷/۲-۳- کار با Note pad طبق دستور العمل ۷/۲-۴- کار با Sound Recorder طبق دستور العمل ۷/۲-۵- کار با Volume control طبق دستور العمل ۷/۲-۶- کار با Windows Media Player طبق دستور العمل ۷/۲-۷- کار با Character Map طبق دستور العمل ۷/۲-۸- کار با System Information طبق دستور العمل ۷/۲-۹- کار با Word pad طبق دستور العمل	۲۰	۸	



ردیف	عنوان تواناییها (.....)	دانش و معلومات مورد نیاز (۱)	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی (۲)	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز (۳)
				وقت	تعداد	
۸	توانایی کار با Recycle bin	۸/۱-۱- شناسایی اصول خالی کردن Recycle Bin ۸/۱-۲- شناسایی اصول بازیابی فایلها و پوشه ها ۸/۱-۳- شناسایی اصول تنظیم ظرفیت Recycle Bin در هر درایو ۸/۱-۴- شناسایی اصول نادیده گرفتن Recycle Bin هنگام حذف فایلها و پوشه ها	۸/۲-۱- خالی کردن Recycle Bin طبق دستور العمل ۸/۲-۲- بازیابی فایلها و پوشه ها طبق دستور العمل ۸/۲-۳- تنظیم ظرفیت Recycle Bin در هر درایو طبق دستور العمل ۸/۲-۴- حذف فایلها و پوشه ها با نادیده گرفتن Recycle Bin طبق دستور العمل	۱	۱	۱- سیستم کامل کامپیوتر ۲- سیستم عامل ویندوز XP
۹	توانایی مدیریت دیسکها	۹/۱-۱- شناسایی اصول کار با فرمان Copy Disk ۹/۱-۲- آشنایی با تعریف Format و انواع آن ۹/۱-۳- آشنایی با دیسک راه انداز ۹/۱-۴- شناسایی اصول Format کردن دیسک ۹/۱-۵- شناسایی اصول تهیه دیسک راه انداز ۹/۱-۶- شناسایی اصول پاکسازی دیسک (Disk Clean Up) ۹/۱-۷- شناسایی اصول بررسی و رفع معایب سطح دیسک (Check Disk) ۹/۱-۸- شناسایی اصول رفع گسیختگی فایلها و عدم مجاورت فایلها یک دیسک (Disk Defragmentation) ۹/۱-۹- شناسایی اصول تهیه نسخه پشتیبان (Backup) از اطلاعات جزئی و کلی پارتیشنها ۹/۱-۱۰- شناسایی اصول بازیابی نسخه پشتیبان (Restore) ۹/۱-۱۱- شناسایی اصول نصب نرم افزارها	۹/۲-۱- کار با فرمان Copy Disk طبق دستور العمل ۹/۲-۲- مطالعه و تحقیق در خصوص Format و انواع آن ۹/۲-۳- Format کردن دیسک طبق دستور العمل ۹/۲-۴- تهیه دیسک راه انداز طبق دستور العمل ۹/۲-۵- پاکسازی دیسک طبق دستور العمل ۹/۲-۶- بررسی و رفع معایب سطح دیسک طبق دستور العمل ۹/۲-۷- بر طرف کردن گسیختگی فایلها و عدم مجاورت فایلها یک دیسک طبق دستور العمل ۹/۲-۸- تهیه نسخه پشتیبان از انواع اطلاعات طبق دستور العمل ۹/۲-۹- بازیابی نسخه پشتیبان طبق دستور العمل ۹/۱-۱۱- نصب یک نرم افزارها طبق دستور العمل	۱۰	۴	۱- سیستم کامل کامپیوتر ۲- سیستم عامل ویندوز XP ۳- فلاپی



ردیف	عنوان توانائیهها (.....)	دانش ومعلومات مورد نیاز (۱)	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی (۲)	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزارمورد نیاز (۳)
				نظری	عملی	
۱۰	توانایی چاپ اطلاعات	۱۰/۱-۱- شناسایی اصول نصب یک چاپگر ۱۰/۱-۲- شناسایی اصول تعیین چاپگر پیش فرض ۱۰/۱-۳- شناسایی اصول چاپ یک سند ۱۰/۱-۴- شناسایی اصول کنترل و نظارت بر عملیات چاپ ۱۰/۱-۴-۱- تغییر اولویت کارها در صف چاپ ۱۰/۱-۴-۲- متوقف کردن و از سرگیری عمل چاپ ۱۰/۱-۴-۳- حذف یک کار از صف چاپ	۱۰/۲-۱- نصب یک چاپگر طبق دستورالعمل ۱۰/۲-۲- تعیین یک چاپگر به عنوان پیش فرض طبق دستورالعمل ۱۰/۲-۳- چاپ یک سند طبق دستورالعمل ۱۰/۲-۴- تغییر اولویت کارها در صف چاپ طبق دستورالعمل ۱۰/۲-۵- متوقف کردن و از سرگیری عمل چاپ طبق دستورالعمل ۱۰/۲-۶- حذف یک کار از صف چاپ طبق دستورالعمل	۱	۱	۱- سیستم کامل کامپیوتر ۲- سیستم عامل ویندوز XP ۳- چاپگر

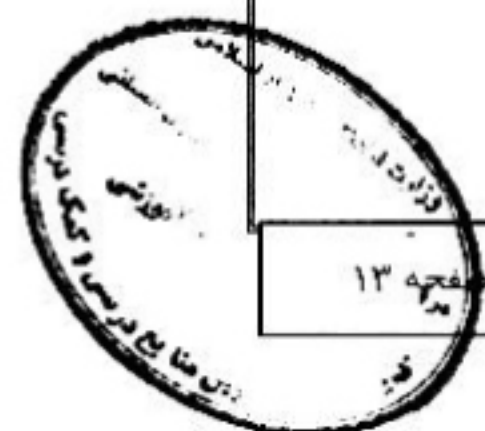


ردیف	عنوان توانائیهها (.....)	دانش ومعلومات مورد نیاز (۱)	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی (۲)	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزارمورد نیاز (۳)
				تئوری	عملی	
۱۱	توانایی تشخیص و از بین بردن ویروسهای کامپیوتری	۱۱/۱-۱- آشنایی با برنامه های مخرب و انواع آن ۱۱/۱-۱-۱- کرمها ، ترواها ، ویروسها ۱۱/۱-۲- آشنایی با راههای انتقال برنامه های مخرب ۱۱/۱-۳- شناسایی نحوه ویروسی شدن سیستم ۱۱/۱-۳-۱- کند شدن سیستم ۱۱/۱-۳-۲- اشکال در راه اندازی سیستم ۱۱/۱-۳-۳- اشکال در اجرای فایلها اجرای ۱۱/۱-۴- شناسایی راههای جلوگیری از ویروسی شدن سیستم ۱۱/۱-۵- آشنایی با مراحل پاکسازی سیستم آلوده ۱۱/۱-۶- شناسایی اصول کار با ویروس یابها ۱۱/۱-۶-۱- Norton Antivirus ۱۱/۱-۶-۲- McAfee	۱۱/۲-۱- مطالعه و تحقیق در خصوص انواع برنامه های مخرب ۱۱/۲-۲- مطالعه و تحقیق در خصوص راههای انتقال برنامه های مخرب ۱۱/۲-۳- مطالعه و تحقیق در خصوص نحوه ویروسی شدن سیستم و اثرات آن ۱۱/۲-۴- مطالعه و تحقیق در خصوص راههای جلوگیری از ویروسی شدن سیستم ۱۱/۲-۵- مطالعه و تحقیق در خصوص مراحل پاکسازی سیستم آلوده ۱۱/۲-۶- کار با نرم افزار Norton Antivirus و قسمت های مختلف آن طبق دستور العمل ۱۱/۲-۷- کار با نرم افزار McAfee و قسمت های مختلف آن طبق دستور العمل	۴	۱۴	۱- سیستم کامل کامپیوتر ۲- سیستم عامل ویندوز XP ۳- آخرین نسخه نرم افزار های Mcafee و Norton Antivirus

ردیف	عنوان تواناییها (.....)	دانش و معلومات مورد نیاز (۱)	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی (۲)	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز (۳)
				وقت	تعداد	
۱۲	توانایی برقراری ارتباط با اینترنت	۱۲/۱-۱- آشنایی با مفاهیم و تعاریف اینترنت ۱۲/۱-۱-۱- Home page , Site , Account , Web Page , مرورگر وب , موتور جستجو , آدرسی اینترنتی , پیوند ۱۲/۱-۲- شناسایی نحوه آدرسی دهی و ساختار یک آدرس وب ۱۲/۱-۳- شناسایی اصول نحوه ارتباط با اینترنت از طریق برنامه Internet Explorer ۱۲/۱-۴- شناسایی محیط اصلی Internet Explorer و کار با آن ۱۲/۱-۴-۱- نوار منو , نوار ابزار استاندارد , ۱۲/۱-۵- شناسایی اصول دسترسی به یک آدرس وب ۱۲/۱-۵-۱- باز کردن یک آدرس ۱۲/۱-۵-۲- باز کردن یک پیوند ۱۲/۱-۵-۳- مشاهده یک سایت مشخص ۱۲/۱-۶- شناسایی اصول جستجو در اینترنت ۱۲/۱-۶-۱- تعریف نیازها ۱۲/۱-۶-۲- استفاده از یک کلمه کلیدی ۱۲/۱-۶-۳- استفاده از عملگرهای منطقی ۱۲/۱-۷- شناسایی اصول ذخیره کردن یک صفحه وب ۱۲/۱-۸- شناسایی اصول ذخیره کردن تصاویر در وب ۱۲/۱-۹- شناسایی اصول چاپ اطلاعات در وب ۱۲/۱-۱۰- انجام تنظیمات مختلف در نرم افزار Internet Explorer با استفاده از گزینه Internet Option	۱۲/۲-۱- مطالعه و تحقیق درباره Site , Account , Web Page , Home page , مرورگر وب , موتور جستجو , آدرسی اینترنتی , پیوند ۱۲/۲-۲- مطالعه و تحقیق در باره نحوه آدرسی دهی و ساختار یک آدرس وب ۱۲/۲-۳- ارتباط با اینترنت از طریق برنامه Internet Explorer طبق دستور العمل ۱۲/۲-۴- کار با قسمت های مختلف Internet Explorer طبق دستور العمل ۱۲/۲-۵- دسترسی به یک آدرس وب و باز کردن یک پیوند طبق دستور العمل ۱۲/۲-۶- مشاهده یک سایت مشخص طبق دستور العمل ۱۲/۲-۷- جستجو در اینترنت با استفاده از قوانین و قواعد مختلف طبق دستور العمل ۱۲/۲-۸- ذخیره کردن یک صفحه و تصاویر در وب طبق دستور العمل ۱۲/۲-۹- چاپ اطلاعات در وب طبق دستور العمل	۸	۴	۱- سیستم کامل کامپیوتر ۲- سیستم عامل ویندوز XP ۳- امکانات لازم برای اتصال به اینترنت



ردیف	عنوان تواناییها (.....)	دانش و معلومات مورد نیاز (۱)	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی (۲)	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز (۳)
				روز	ساعت	
۱۳	توانایی کار با پست الکترونی (Outlook)	۱۳/۱-۱- شناسایی اصول کار با محیط نرم افزار Outlook ۱۳/۱-۱-۱- نوار ابزار ، لیست پوشه ها ، لیست پیامها ، ناحیه پیش نمایش ۱۳/۱-۲- شناسایی اصول ایجاد و ارسال یک پیام ۱۳/۱-۲-۱- قراردادن عنوان و آدرس پیام ۱۳/۱-۲-۲- اضافه کردن امضای خودکار به پیام ۱۳/۱-۲-۳- ضمیمه کردن پیوست به پیام ۱۳/۱-۲-۴- ارسال پیام به صورت معمول و یا با اولویت ۱۳/۱-۲-۵- شناسایی اصول کار با پیامها ۱۳/۱-۳-۱- بازکردن و خواندن یک پیام ۱۳/۱-۳-۲- کپی ، انتقال و حذف یک پیام ۱۳/۱-۳-۳- علامت گذاری یک E-mail در پوشه پیامها ۱۳/۱-۳-۴- حذف کردن علامت یک پیام ۱۳/۱-۴-۱- شناسایی اصول پاسخ دادن به یک پیام ۱۳/۱-۴-۱-۱- پاسخ دادن به فرستنده ۱۳/۱-۴-۲- پاسخ دادن به همه ۱۳/۱-۴-۳- پاسخ دادن با و بدون قرار دادن نامه اصلی ۱۳/۱-۴-۴- ارجاء پیام به شخص ثالث ۱۳/۱-۵- شناسایی اصول بازکردن و ذخیره پیوستها ۱۳/۱-۶- شناسایی اصول آدرس دهی به پیامهای الکترونیکی ۱۳/۱-۶-۱- آشنایی با کتاب آدرس ۱۳/۱-۶-۲- اضافه کردن یک تماس جدید در کتاب آدرس ۱۳/۱-۶-۳- تصحیح و حذف تماسها ۱۳/۱-۶-۴- اضافه کردن جزئیات تماس از پیامها ۱۳/۱-۶-۵- مرتب کردن تماسها	۱۳/۲-۱- کار با نوار ابزار ، لیست پوشه ها ، لیست پیامها ، ناحیه پیش نمایش نرم افزار Outlook طبق دستورالعمل ۱۳/۲-۲- ایجاد و ارسال یک پیام با اضافه نمودن امضا و پیوست ، به صورت معمول و یا با اولویت طبق دستورالعمل ۱۳/۲-۳- بازکردن و خواندن یک پیام طبق دستورالعمل ۱۳/۲-۴- کپی ، انتقال و حذف یک پیام طبق دستورالعمل ۱۳/۲-۵- علامت گذاری و حذف علامت یک پیام در پوشه پیامها طبق دستورالعمل ۱۳/۲-۶- پاسخ دادن به یک پیام با روشهای مختلف طبق دستورالعمل ۱۳/۲-۷- بازکردن و ذخیره پیوستها طبق دستورالعمل ۱۳/۲-۸- مشاهده و تحقیق کتاب آدرس ۱۳/۲-۹- اضافه کردن یک تماس جدید در کتاب آدرس طبق دستورالعمل ۱۳/۲-۱۰- تصحیح و حذف تماسها طبق دستورالعمل ۱۳/۲-۱۱- اضافه کردن جزئیات تماس از پیامها طبق دستورالعمل ۱۳/۲-۱۲- مرتب کردن تماسها طبق دستورالعمل ۱۳/۲-۱۳- ایجاد لیستهای توزیع طبق دستورالعمل ۱۳/۲-۱۴- مطالعه و تحقیق در باره فیلدهای CC و BCC و کاربرد آنها ۱۳/۲-۱۵- ارسال همزمان پیام به چند آدرس به روشهای مختلف طبق دستورالعمل ۱۳/۲-۱۶- جستجوی یک پیام الکترونیکی طبق دستورالعمل ۱۳/۲-۱۷- ایجاد کشوی پستی جدید و حذف پوشه های پستی طبق دستورالعمل	۴	۱۴	۱- سیستم کامل کامپیوتر ۲- سیستم عامل ویندوز XP ۳- امکانات لازم برای اتصال به اینترنت ۴- نرم افزار Outlook



ردیف	عنوان توانائیهها (.....)	دانش و معلومات مورد نیاز (۱)	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی (۲)	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز (۳)
				وقت	روز	
		۱۲/۱-۶-۱- ایجاد لیستهای توزیع ۱۲/۱-۷- آشنایی با فیلدهای CC و BCC و کاربرد آنها ۱۲/۱-۸- شناسایی اصول ارسال همزمان پیام به چند آدرس ۱۲/۱-۸-۱- با استفاده از لیستهای توزیع ۱۲/۱-۸-۲- وارد کردن آدرسها پشت سرهم ۱۲/۱-۸-۳- با استفاده از CC و BCC ۱۲/۱-۹- شناسایی اصول سازماندهی پیامهای الکترونیکی ۱۲/۱-۹-۱- جستجوی یک پیام الکترونیکی ۱۲/۱-۹-۲- ایجاد کشوی پستی جدید ۱۲/۱-۹-۳- حذف پوشه های پستی ۱۲/۱-۹-۴- جا به جا کردن پیامها بین پوشه ها ۱۲/۱-۹-۵- مرتب کردن پیامهای یک پوشه پستی	۱۲/۲-۱۷- جا به جا کردن پیامها بین پوشه ها طبق دستورالعمل ۱۲/۲-۱۸- مرتب کردن پیامهای یک پوشه پستی طبق دستورالعمل			

فهرست نرم افزار و منابع کمک آموزشی:

[illegible][illegible]