

بسته مهارت‌های هوشمند و کار آفرینی برای دانشجویان (۸۰ ساعت با ۱۲ عنوان)

جایگزین کارآموزی تابستان ۱۴۰۵

ردیف	عنوان دوره	تعداد ساعت	حوزه کاربرد	مدرس
۱	ارتباط مؤثر و فن بیان حرفه‌ای	۸	مهارت نرم	اساتید پیشنهادی
۲	مهارت ارائه و پاورپوینت حرفه‌ای	۶	مهارت نرم	اساتید پیشنهادی
۳	مدیریت زمان و برنامه‌ریزی تحصیلی	۶	مهارت نرم	اساتید پیشنهادی
۴	بازاریابی دیجیتال و شبکه‌های اجتماعی	۸	بازاریابی	اساتید پیشنهادی
۵	کاربرد هوش مصنوعی در زندگی و تحصیل	۸	هوش مصنوعی	اساتید پیشنهادی
۶	هوش مصنوعی مخصوص بازار کار	۶	هوش مصنوعی	اساتید پیشنهادی
۷	بیزینس پلن نویسی مقدماتی	۱۰	کارآفرینی	اساتید پیشنهادی
۸	بازاریابی محتوا با کمک هوش مصنوعی	۸	بازاریابی + AI	اساتید پیشنهادی
۹	مبانی کارآفرینی و ایده‌پردازی	۶	کارآفرینی	اساتید پیشنهادی
۱۰	ساخت رزومه، لینکدین و مصاحبه شغلی	۴	مهارت شغلی	اساتید پیشنهادی
۱۱	تفکر خلاق و حل مسئله	۶	مهارت نرم	اساتید پیشنهادی
۱۲	سواد مالی شخصی	۴	مهارت مالی	اساتید پیشنهادی
جمع کل ۸۰ ساعت				

سرفصل‌های پیشنهادی

۱- ارتباط مؤثر و فن بیان حرفه‌ای (۸ ساعت)

- اصول ارتباط کلامی و غیرکلامی (زبان بدن)
- تکنیک‌های گوش دادن فعال
- لحن، صدا و تنفس صحیح در صحبت کردن
- مهارت جرأت‌ورزی (نه گفتن مؤدبانه، ابراز نظر)
- مدیریت مکالمات دشوار (بحث، انتقادپذیری)

تمرین عملی: سخنرانی ۳ دقیقه‌ای با بازخورد

۲- مهارت ارائه و پاورپوینت حرفه‌ای (۶ ساعت)

- ساختار یک ارائه مؤثر (مقدمه، بدنه، نتیجه)
- اصول طراحی اسلاید (کم‌نویسی، رنگ، فونت، تصویر)
- تکنیک‌های جلب توجه مخاطب (داستان‌سرایی، پرسش)
- مدیریت اضطراب هنگام ارائه
- معرفی جایگزین‌های پاورپوینت (Prezi, Gamma, Canva)

تمرین عملی: ارائه ۵ اسلایدی با موضوع آزاد

۳- مدیریت زمان و برنامه‌ریزی تحصیلی (۶ ساعت)

- تکنیک ماتریس آیزنهاور (اولویت‌بندی کارها)
- روش پومودورو و مدیریت تمرکز
- برنامه‌ریزی هفتگی با تقویم دیجیتال (Notion, Google Calendar)
- شناسایی دزدهای زمان (موبایل، شبکه‌های اجتماعی)
- تعادل بین درس، کار و استراحت

تمرین عملی: طراحی یک برنامه‌ی هفتگی برای ماه آینده

۴- بازاریابی دیجیتال و شبکه‌های اجتماعی (۸ ساعت)

- مفاهیم پایه: سئو، تولید محتوا، شبکه‌های اجتماعی
- اصول تولید محتوا در اینستاگرام و لینکدین
- آشنایی با سئو داخلی و خارجی (کلمات کلیدی، متاتگ)
- ایمیل مارکتینگ ساده با ابزارهای رایگان (Mailchimp)
- آشنایی با گوگل آنالیتیکس و پیگیری بازدید
- تبلیغات در اینستاگرام (مقدماتی)

تمرین عملی: طراحی یک پست اینستاگرامی + تحلیل یک وبسایت ساده

۵- کاربرد هوش مصنوعی در زندگی و تحصیل (۸ ساعت)

- معرفی هوش مصنوعی مولد (Gemini, Claude, ChatGPT)
- اصول پرآمپتنویسی (چگونه سؤال درست بپرسیم)
- استفاده از ChatGPT برای خلاصه‌سازی متون علمی و مقالات
- تولید ایده برای پروژه‌ها و تحقیق‌های دانشجویی
- ترجمه و ویرایش متون با کمک AI
- آشنایی با ابزارهای تبدیل متن به تصویر (Midjourney, DALL-E)
- تولید پاورپوینت خودکار با ابزارهایی مثل Gamma.ai
- محدودیت‌ها و اخلاقیات استفاده از هوش مصنوعی (سرقت ادبی، توهم هوش مصنوعی)

تمرین عملی: استفاده از ChatGPT برای نوشتن یک خلاصه از یک مقاله، و تولید ۵ اسلاید پاورپوینت با کمک

AI

۶- هوش مصنوعی مخصوص بازار کار (۶ ساعت)

- ابزارهای هوش مصنوعی که کارفرماها الان انتظار دارند بدانید
- نوشتن ایمیل و گزارش با کمک هوش مصنوعی (Jasper, ChatGPT)
- تولید محتوای شبکه‌های اجتماعی و لینکدین با AI
- تحلیل داده‌های ساده با AI (Code Interpreter در ChatGPT)
- ساخت رزومه و کاورلتر با کمک ابزارهای هوش مصنوعی

- آمادگی برای مصاحبه با شبیه‌سازهای هوش مصنوعی
 - آشنایی با Copilot مایکروسافت و Google Gemini در محیط کار
- تمرین عملی: نوشتن یک ایمیل حرفه‌ای، یک پست لینکدین و یک صفحه از رزومه با کمک AI

۷- بیزینس پلن نویسی مقدماتی (۱۰ ساعت)

- بیزینس پلن چیست و چه ساختاری دارد؟
 - شناسایی مشکل مخاطب (Value Proposition)
 - آنالیز بازار: رقبا، مخاطبان، اندازه بازار
 - مدل درآمدی: چگونه پول درمی‌آورید؟
 - ساختار هزینه‌ها و برآورد اولیه مالی
 - برنامه بازاریابی و فروش
 - تیم و ساختار سازمانی
 - جمع‌بندی و نوشتن خلاصه اجرایی (Executive Summary)
 - معرفی قالب‌های آماده بیزینس پلن (Word، PDF، Notion)
- تمرین عملی: نوشتن یک بیزینس پلن ۵ صفحه‌ای برای یک ایده‌ی فرضی (مثلاً کافی‌شاپ، فروشگاه آنلاین، یا اپلیکیشن)

۸- بازاریابی محتوا با کمک هوش مصنوعی (۸ ساعت)

- استراتژی محتوا: چه محتوایی برای چه کسی و کجا؟
 - تولید ایده برای پست‌های وبلاگ، اینستاگرام، لینکدین
 - نوشتن کپشن، تیتر و متن با کمک ChatGPT
 - تولید تصاویر با DALL-E و Midjourney
 - طراحی تقویم محتوا با ابزارهایی مثل Notion
 - سئوی پایه برای محتوا (کلمات کلیدی، متاتگ)
 - آنالیز عملکرد محتوا (بازدید، لایک، کامنت)
 - اتوماسیون تولید محتوا با Zapier و Make
- تمرین عملی: طراحی یک تقویم محتوای ۲ هفته‌ای برای یک کسب‌وکار فرضی و نوشتن ۳ پست کامل

۹- مبانی کارآفرینی و ایده‌پردازی (۶ ساعت)

- تفاوت ایده، فرصت و کسب‌وکار
- تکنیک‌های ایده‌پردازی (مشاهده، دردسرها، بهبود فرآیندها)
- بوم مدل کسب‌وکار (Business Model Canvas) ساده شده
- اعتبارسنجی ایده: آیا کسی حاضر است پول بدهد؟
- حداقل محصول پذیرفتنی (MVP) چیست و چطور بسازیم؟
- داستان‌های موفقیت و شکست در کارآفرینی دانشجویی

قدم اول: از ایده تا ثبت کسب‌وکار یا شروع کوچک

تمرین عملی: پر کردن یک بوم مدل کسب‌وکار برای یک ایده فرضی و طراحی یک MVP ساده (مثلاً یک صفحه لندینگ یا نظرسنجی)

۱۰- ساخت رزومه، لینکدین و آمادگی مصاحبه شغلی (۴ ساعت)

- ساختار رزومه‌ی استاندارد (چیزی که کارفرما می‌خواهد)
- اشتباهات رایج در رزومه و روش اصلاح
- پروفایل لینکدین (عکس، هدلاین، خلاصه، مهارت‌ها)
- تکنیک پاسخ به سوالات رایج مصاحبه (نقاط قوت/ضعف، کار تیمی)

تمرین عملی: نوشتن یا به‌روزرسانی رزومه و پروفایل لینکدین

۱۱- تفکر خلاق و حل مسئله (۶ ساعت)

- تعریف مسئله و تفاوت آن با مشکل
- تکنیک طوفان فکری و نقشه‌ی ذهنی
- تکنیک SCAMPER (جایگزینی، ترکیب، تغییر کاربری)
- تحلیل ریشه‌ای مشکل (تکنیک ۵ چرا)
- ارزیابی راه‌حل‌ها با ماتریس تصمیم

تمرین عملی: حل یک مسئله واقعی از زندگی دانشجویی با تکنیک‌های گفته‌شده

۱۲ - سواد مالی شخصی (۴ ساعت)

- مفاهیم پایه: درآمد، هزینه، دارایی، بدهی
- روش بودجه‌بندی شخصی (قانون ۲۰/۳۰/۵۰)
- اهمیت صندوق اضطراری و پس‌انداز
- آشنایی با تورم، سرمایه‌گذاری پایه (صندوق‌های درآمد ثابت)
- معرفی اپلیکیشن‌های مدیریت هزینه (در ایران: دخل‌خوب، پیلوت)

تمرین عملی: تنظیم یک بودجه‌ی ماهانه برای یک دانشجو با درآمد فرضی

پیشنهاد تقویم زمانی یک ماهه (۴ هفته)

روز هفتم (پروژه)	روزهای ۵-۶	روزهای ۳-۴	روزهای ۱-۲	هفته
تمرین ترکیبی	دوره ۳ (مدیریت زمان)	دوره ۲ (ارائه)	دوره ۱ (ارتباط مؤثر)	۱
پروژه AI	دوره ۶ (AI در بازار کار)	دوره ۵ (AI در زندگی)	دوره ۴ (بازاریابی دیجیتال)	۲
نوشتن بیزینس پلن	دوره ۹ (کارآفرینی)	دوره ۸ (بازاریابی محتوا+AI)	دوره ۷ (بیزینس پلن)	۳
ارائه نهایی و جمع بندی	دوره ۱۲ (سواد مالی)	دوره ۱۱ (تفکر خلاق)	دوره ۱۰ (رزومه)	۴