



माइक्रो क्रेडेंशियल

नाम: बेसिक्स ऑफ़ सेफ्टी रिक्वायरमेंट्स इन वर्किंग अत हाइट

कोड: एसएसडी/एम0110

संस्करण: 1.0

NSQF स्तर: 2



विषयसूची

एमसी विवरण	3
पैरामीटर	3
दायरा.....	4
तत्व और प्रदर्शन मानदंड	5
ज्ञान और समझ (केयू).....	6
सामान्य कौशल (जीएस).....	7
मूल्यांकन मानदंड.....	8
मूल्यांकन के लिए दिशानिर्देश	9
परिवर्णी शब्द	10
शब्दकोष.....	10



एमसी विवरण

माइक्रो क्रेडेंशियल ऊंचाई पर काम करने से जुड़ी चुनौतियों और जोखिमों, जोखिमों को कम करने के उपायों, सुरक्षा सावधानियों और ऊंचाई पर काम करते समय इस्तेमाल किए जाने वाले व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणों से संबंधित है। यह विभिन्न कारणों, स्थितियों और लापरवाही के बारे में भी बताता है जो ऊंचे स्थानों पर काम करने से जुड़े नियमों के साथ दुर्घटनाओं का कारण बनते हैं।

पैरामीटर

द्वारा विकसित	सेफ्टी स्किल डेवलपमेंट फाउंडेशन
एमसी कोड	एसएसडी/एम0110
एमसी नाम	बेसिक्स ऑफ़ सेफ्टी रिक्वायरमेंट्स इन वर्किंग अत हाइट
एनएसक्यूएफ स्तर	2.0
क्रेडिट	1
क्षेत्र	शिक्षा, प्रशिक्षण और अनुसंधान; निर्माण, बुनियादी ढांचा, रियल एस्टेट, लोहा और इस्पात, खनन, रसद, हाइड्रोकार्बन और अन्य
उप क्षेत्र	-
पेशा	निर्माण इंजीनियरिंग और प्रबंधन



देश	भारत
न्यूनतम शैक्षणिक योग्यता और अनुभव	8वीं कक्षा
प्रशिक्षण अवधि	प्रशिक्षण 7.5 घंटे और मूल्यांकन - 0.5 घंटे
एनएसक्यूएफ अनुमोदन तिथि	08-05-2025
अगली समीक्षा तिथि	08-05-2028
संस्करण	1.0
NQR पर संदर्भ कोड	NM-02-ET-04313-2025-V1-SSDF
एनक्यूआर संस्करण	1.0

दायरा

इसका दायरा निम्नलिखित को कवर करता है,

- ऊँचाई पर काम करते समय जुड़ी चुनौतियाँ और जोखिम।
- जोखिम कम करने के उपाय और बरती जाने वाली सुरक्षा सावधानियाँ।
- ऊँचाई पर काम करते समय व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणों का उपयोग।
- ऊँचाई पर काम करते समय दुर्घटनाओं की संभावित स्थितियाँ, कारण और लापरवाही तथा किसी भी आपात स्थिति में बचाव योजनाएँ।
- ऊँचे प्लेटफॉर्म/स्थिति पर काम करने से जुड़े नियम।

4। बेसिक्स ऑफ़ सेफ्टी रिक्वायरमेंट्स इन वर्किंग अत हाइट



तत्व और प्रदर्शन मानदंड

सक्षम होने के लिए कार्य पर उपयोगकर्ता को निम्न कार्य करने में सक्षम होना चाहिए:

- PC1.** ऊंचाई पर या ऊंचे प्लेटफॉर्म पर काम करते समय जुड़े जोखिम और चुनौतियों को परिभाषित करें।
- PC2.** जोखिम और खतरों को कम करने के लिए ऊंचाई पर या ऊंचे प्लेटफॉर्म पर काम करने के लिए सुरक्षा उपायों और सावधानियों की पहचान करें।
- PC3.** ऊंचे प्लेटफॉर्म पर चढ़ते समय और नीचे उतरते समय, सीढ़ियों या लिफ्ट का उपयोग करते समय बरती जाने वाली सावधानियों के बारे में बताएं।
- PC4.** ऊंचाई पर काम करते समय इस्तेमाल किए जाने वाले पीपीई की सूची बनाएं और उनके उपयोग और रेलिंग, सुरक्षा जाल सहित गिरने से सुरक्षा प्रणालियों के उपयोग का प्रदर्शन करें।
- PC5.** ऊंचाई पर काम करते समय नीचे काम करने वाले अन्य व्यक्तियों के लिए जोखिम को कम करने के लिए उपायों को परिभाषित करें।
- PC6.** जमीनी स्तर पर सुरक्षा उपायों और सावधानियों का प्रदर्शन करें जहां ऊंचाई पर काम चल रहा है।
- PC7.** कारणों, लापरवाही और स्थितियों की पहचान करें और उन्हें गिनाएं जो आम तौर पर दुर्घटनाओं का कारण बनती हैं या बन सकती हैं।
- PC8.** ऊंचाई पर काम करते समय देखी गई किसी भी कमी, खतरे या घटनाओं की रिपोर्टिंग के बारे में बताएं।
- PC9.** समझाएँ कि काम शुरू करते समय ऊंचे प्लेटफॉर्म की स्थिरता को दृष्टिगत रूप से कैसे परखा जाए
- PC10.** किसी भी घटना या आपात स्थिति में बचाव उपायों में उठाए जाने वाले कदमों की व्याख्या करें और उन्हें गिनाएँ।
- PC11.** ऊंचे प्लेटफॉर्म/स्थिति पर काम करने के लिए संबंधित विनियमों के अनुसार प्रावधानों की पहचान करें।
- PC12.** ऊंचाई पर काम करने के साथ असंगत स्वास्थ्य स्थितियों को पहचानें, जिनमें शामिल हैं: चक्कर आना, चक्कर आना, संतुलन संबंधी विकार; अनियंत्रित मिर्गी या दौरै; अनियंत्रित उच्च रक्तचाप; गंभीर हृदय संबंधी स्थितियाँ; दृश्य हानि; श्वसन संबंधी विकार; मनोवैज्ञानिक स्थितियाँ; मस्कुलोस्केलेटल विकार; मधुमेह; उर्नीदापन, विलंबित प्रतिक्रिया या संज्ञानात्मक हानि का कारण बनने वाली दवाओं का उपयोग



PC13. निम्न के लिए संगठनात्मक प्रक्रियाओं का पालन करें: ऊँचाई पर काम सौंपे जाने से पहले चिकित्सा जाँच और नौकरी के जोखिम स्तर के आधार पर नियमित स्वास्थ्य जाँच।

PC14. असुरक्षित परिस्थितियों में ऊँचाई पर काम करने की पहचान करें और सख्ती से बचें: प्रतिकूल मौसम की स्थिति; खराब दृश्यता; असुरक्षित या अस्थिर सतह; उचित गिरने से सुरक्षा का अभाव; दोषपूर्ण पहुंच उपकरण; कार्य परमिट या अनुमोदन का अभाव; अपर्याप्त पर्यवेक्षण और योग्यता; पास में विद्युत संबंधी खतरे; अपूर्ण जोखिम मूल्यांकन और बचाव योजना

ज्ञान और समझ (केयू)

नौकरी पर लगे व्यक्ति को यह जानना और समझना आवश्यक है:

KU1. ऊँचाई पर या ऊंचे प्लेटफॉर्म पर काम करते समय जुड़े जोखिम और खतरे।

KU2. हार्नेस, लैनयार्ड, हेलमेट और अन्य सुरक्षा गियर, गिरने से सुरक्षा प्रणाली, रेलिंग और सुरक्षा जाल सहित पीपीई का उचित उपयोग।

KU3. ऊंचे प्लेटफॉर्म पर चढ़ते, नीचे आते और प्लेटफॉर्म का उपयोग करते समय बरती जाने वाली सावधानियां और उपाय।

KU4. कारण, लापरवाही और परिस्थितियाँ जो आम तौर पर दुर्घटनाओं का कारण बनती हैं या बन सकती हैं।

KU5. ऊंचे स्थानों पर काम करने से जुड़े नियम और उनके प्रावधान।

KU6. किसी भी घटना या खतरे के मामले में रिपोर्टिंग प्रक्रिया और आपातकालीन बचाव उपाय।

KU7. ऊँचाई पर सुरक्षित काम के लिए शारीरिक और मानसिक फिटनेस के महत्व को जानें और समझें तथा ऊँचाई पर काम के दौरान जोखिम पैदा करने वाली सामान्य चिकित्सा स्थितियों को जानें और समझें

KU8. पूर्व-रोजगार और आवधिक चिकित्सा जांच के उद्देश्य और आवृत्ति को जानें और समझें

KU9. जानें और समझें: पर्यावरण और परिचालन संबंधी खतरे; उचित गिरने से बचाव के बिना काम करने के परिणाम; तथा दोषपूर्ण सीढ़ियों, मचानों या एमईडब्ल्यूपी का उपयोग करने के खतरे



KU10. ऊंचाई पर काम करने के लिए वैध परमिट और सक्षम पर्यवेक्षण की आवश्यकता को जानें और समझें; ओवरहेड लाइनों या सक्रिय उपकरणों के पास विद्युत जोखिम।

KU11. काम शुरू करने से पहले साइट-विशिष्ट जोखिम मूल्यांकन और बचाव योजना के महत्व को जानें और समझें। काम रोकने और असुरक्षित स्थितियों की तुरंत रिपोर्ट करने की प्रक्रिया

सामान्य कौशल (जीएस)

कार्य पर कार्यरत उपयोगकर्ता/व्यक्ति को यह जानना आवश्यक है कि:

GS -1 संचार की भाषा में पढ़ने और लिखने में दक्षता।

GS -2 स्थानीय भाषा में मौखिक रूप से प्रभावी ढंग से संप्रेषण करने में दक्षता।

GS -3 बुनियादी गणित और गणना उपकरणों के उपयोग में दक्षता।

GS -4 संसाधनों की योजना बनाने, उन्हें व्यवस्थित करने और अनुकूलित करने में दक्षता।

GS-5 प्रशासन, निर्णय लेने और संघर्ष समाधान में दक्षता।

GS -6 नियोजन और निगरानी उपकरणों के उपयोग में दक्षता, साथ ही सॉफ्टवेयर संचालन में दक्षता।

GS -7 निर्देशों को समझने और उनका पालन करने में दक्षता।

GS-8 सुरक्षा उपायों को समझने और सुरक्षा प्रोटोकॉल का पालन करने में दक्षता।

GS -9 सहकर्मियों और कर्मचारियों के साथ बातचीत करते समय पेशेवर व्यवहार का प्रदर्शन करना।

GS -10 व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणों का उचित उपयोग ।



मूल्यांकन मानदंड

प्रदर्शन कसौटी	सिद्धांत अंक	व्यावहारिक अंक	प्रोजेक्ट मार्क्स	विवा मार्क्स	कुल मार्क
PC-1: ऊंचाई पर या ऊंचे प्लेटफॉर्म पर काम करते समय जुड़े जोखिम और चुनौतियों को परिभाषित करें।	3	4	-	-	7
PC-2: जोखिम और खतरों को कम करने के लिए ऊंचाई पर या ऊंचे प्लेटफॉर्म पर काम करने के लिए सुरक्षा उपायों और सावधानियों की पहचान करें। \	3	5	-	-	8
PC-3: ऊंचे प्लेटफॉर्म पर चढ़ते समय और नीचे उतरते समय, सीढ़ियों या लिफ्ट का उपयोग करते समय बरती जाने वाली सावधानियों के बारे में बताएं।	3	4	-	-	7
PC-4: ऊंचाई पर काम करते समय इस्तेमाल किए जाने वाले पीपीई की सूची बनाएं और उनके उपयोग और रेलिंग, सुरक्षा जाल सहित गिरने से सुरक्षा प्रणालियों के उपयोग का प्रदर्शन करें।	3	4	-	-	7
PC-5: ऊंचाई पर काम करते समय नीचे काम करने वाले अन्य व्यक्तियों के लिए जोखिम को कम करने के लिए उपायों को परिभाषित करें।	3	5	-	-	8
PC-6: जमीनी स्तर पर सुरक्षा उपायों और सावधानियों का प्रदर्शन करें जहां ऊंचाई पर काम चल रहा है।	3	4	-	-	7
PC-7: कारणों, लापरवाही और स्थितियों की पहचान करें और उन्हें गिनाएं जो आम तौर पर दुर्घटनाओं का कारण बनती हैं या बन सकती हैं।	3	4	-	-	7
PC-8: ऊंचाई पर काम करते समय देखी गई किसी भी कमी, खतरे या घटनाओं की रिपोर्टिंग के बारे में बताएं।	3	4	-	-	7
PC-9: समझाएँ कि काम शुरू करते समय ऊंचे प्लेटफॉर्म की स्थिरता को दृष्टिगत रूप से कैसे परखा जाए	3	4	-	-	7
PC-10: किसी भी घटना या आपात स्थिति में बचाव उपायों में उठाए जाने वाले कदमों की व्याख्या करें और उन्हें गिनाएँ।	3	4	-	-	7
PC: 11 ऊंचे प्लेटफॉर्म/स्थिति पर काम करने के लिए संबंधित विनियमों के अनुसार प्रावधानों की पहचान करें।	3	4	-	-	7



PC 12 ऊँचाई पर काम करने के साथ असंगत स्वास्थ्य स्थितियों को पहचानें, जिनमें शामिल हैं: चक्कर आना, चक्कर आना, संतुलन संबंधी विकार; अनियंत्रित मिर्गी या दौरै; अनियंत्रित उच्च रक्तचाप; गंभीर हृदय संबंधी स्थितियाँ; दृश्य हानि; श्वसन संबंधी विकार; मनोवैज्ञानिक स्थितियाँ; मस्कुलोस्केलेटल विकार; मधुमेह; उर्नीदापन, विलंबित प्रतिक्रिया या संज्ञानात्मक हानि का कारण बनने वाली दवाओं का उपयोग	3	4	-	-	7
PC 13 निम्न के लिए संगठनात्मक प्रक्रियाओं का पालन करें: ऊँचाई पर काम सौंपे जाने से पहले चिकित्सा जाँच और नौकरी के जोखिम स्तर के आधार पर नियमित स्वास्थ्य जाँच।	3	4	-	-	7
PC 14 असुरक्षित परिस्थितियों में ऊँचाई पर काम करने की पहचान करें और सख्ती से बचें: प्रतिकूल मौसम की स्थिति; खराब दृश्यता; असुरक्षित या अस्थिर सतह; उचित गिरने से सुरक्षा का अभाव; दोषपूर्ण पहुंच उपकरण; कार्य परमिट या अनुमोदन का अभाव; अपर्याप्त पर्यवेक्षण और योग्यता; पास में विद्युत संबंधी खतरे; अपूर्ण जोखिम मूल्यांकन और बचाव योजना	3	4	-	-	7
कुल मार्क	42	58			100

मूल्यांकन के लिए दिशानिर्देश

1. दिए गए मूल्यांकन मानदंड माइक्रो क्रेडेंशियल " बेसिक्स ऑफ़ सेफ्टी रिक्वायरमेंट्स इन वर्किंग अत हाइट" के लिए है।
2. मूल्यांकन ऑफलाइन के साथ-साथ ऑनलाइन भी किया जा सकता है तथा मूल्यांकन केवल एसएसडीएफ द्वारा ही किया जाएगा।
3. प्रश्न इस प्रकार तैयार किए जाएंगे कि अधिकतम प्रदर्शन मानदंड पर परिणाम उपलब्ध हो सके।
4. मूल्यांकन 0.5 घंटे की अवधि का होगा और एसएसडीएफ द्वारा निर्मित/अनुमोदित बहुविकल्पीय प्रश्नों पर आधारित होगा।
5. 50% या 50% से अधिक अंक लाने वाले सफल अभ्यर्थियों को एम.सी. प्रमाण-पत्र जारी किया जाएगा।



परिवर्णी शब्द

SSDF	सेफ्टी स्किल डेवलपमेंट फाउंडेशन
NCVET	राष्ट्रीय व्यावसायिक शिक्षा और प्रशिक्षण परिषद
NSQF	राष्ट्रीय कौशल योग्यता ढांचा
MC	माइक्रो क्रेडेंशियल
NOS	राष्ट्रीय व्यावसायिक मानक
QP	योग्यता पैक

शब्दकोष

मुख्य शब्द	विवरण
सेफ्टी स्किल डेवलपमेंट फाउंडेशन (SSDF)	एनसीवीईटी, कौशल विकास एवं उद्यमिता मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा मान्यता प्राप्त पुरस्कार देने वाली संस्था।



NCVET (राष्ट्रीय व्यावसायिक शिक्षा और प्रशिक्षण परिषद)	व्यावसायिक शिक्षा और प्रशिक्षण के लिए भारत सरकार का नियामक प्राधिकरण।
NSQF (राष्ट्रीय कौशल योग्यता ढांचा)	राष्ट्रीय कौशल योग्यता ढांचा एक ढांचा है जिसके अंतर्गत कौशलों को स्तर 1 से 10 तक वर्गीकृत किया जाता है।
क्षेत्र	क्षेत्र विभिन्न व्यावसायिक कार्यों का समूह है जिनके व्यवसाय और हित समान होते हैं।
उप - क्षेत्र	उप - क्षेत्र, विशेषताओं और व्यावसायिक घटकों के आधार पर क्षेत्र का एक और विभाजन है।
पेशा	व्यवसाय, नौकरी भूमिकाओं का एक समूह है जिसके लिए उद्योग में समान/संबंधित योग्यताओं की आवश्यकता होती है।
नौकरी भूमिका	नौकरी की भूमिका, उद्योग में रोजगार का अवसर पाने और उद्योग के मानदंडों के अनुसार कार्य करने के लिए आवश्यक कार्यों का एक समूह है।
योग्यता पैक (QP)	योग्यता पैक में व्यावसायिक मानक का सेट शामिल होता है, जो किसी नौकरी की भूमिका निभाने के लिए आवश्यक होता है और इसे एक अद्वितीय योग्यता पैक कोड प्रदान किया जाता है।
राष्ट्रीय व्यावसायिक मानक (NOS)	एनओएस भारतीय संदर्भ में व्यावसायिक मानक हैं और एनसीवीईटी द्वारा अनुमोदित हैं।
माइक्रो क्रेडेंशियल (MC)	उद्योग, नियोक्ता, सरकार या समुदाय के लिए आवश्यक कौशल, ज्ञान और सीखने के परिणामों का एक सुसंगत समूह।



प्रदर्शन मानदंड (PC)	प्रदर्शन मानदंड वे कथन हैं जो किसी कार्य को निष्पादित करते समय अपेक्षित प्रदर्शन के मानक को निर्दिष्ट करते हैं।
ज्ञान और समझ KU)	ज्ञान और समझ (केयू) वे कथन हैं जो एक साथ तकनीकी, व्यावसायिक और संगठनात्मक विशिष्ट ज्ञान को निर्दिष्ट करते हैं जो किसी व्यक्ति को आवश्यक मानक पर कार्य करने के लिए आवश्यक है।
सामान्य कौशल (GS)	सामान्य कौशल कौशलों का एक समूह है जो सामान्यतः किसी कार्य को निष्पादित करने के लिए आवश्यक होता है।
MC/NOS/QP कोड	MC/NOS/QP कोड MC/NOS/QP के लिए अद्वितीय पहचानकर्ता कोड हैं जो क्रमशः M/N/Q से शुरू होते हैं