



## मॉडल पाठ्यक्रम

नाम: बेसिक्स ऑफ़ सेफ्टी रिक्वायरमेंट्स इन वर्किंग अत हाइट

माइक्रोक्रेडेंशियल कोड: एसएसडी/एम0110

माइक्रोक्रेडेंशियल संस्करण: 1.0

NSQF स्तर:2

मॉडल पाठ्यक्रम संस्करण -1.0

Safety Skill Development Foundation || Safety Skill Development Foundation D-507 Light House, Town Square Sector 82A, Gurugram, Haryana, India - 122004

## विषय सूची

कार्यक्रम अवलोकन.....	4
माँड्यूल विवरण .....	6
अनुलग्नक.....	9
प्रशिक्षक की आवश्यकताएं.....	9
मूल्यांकनकर्ता की आवश्यकताएं.....	10
मूल्यांकन रणनीति.....	11
परिवर्णी शब्द और शब्दकोष.....	13

## प्रशिक्षण पैरामीटर

सेक्टर	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
NSQF स्तर	2
न्यूनतम शैक्षिक योग्यता और अनुभव	8 वीं कक्षा उत्तीर्ण
पूर्व-आवश्यक लाइसेंस या प्रशिक्षण	ना
नौकरी में प्रवेश की न्यूनतम आयु	एन/ए
अंतिम बार समीक्षित	08-05-2025
अगली समीक्षा तिथि	08-05-2028
संस्करण	08-05-2025
NSQC अनुमोदन तिथि	1.0
मॉडल पाठ्यक्रम निर्माण तिथि	08-05-2025
मॉडल पाठ्यक्रम वैध और तिथि	08-05-2028
मॉडल पाठ्यक्रम संस्करण	1.0
पाठ्यक्रम की न्यूनतम अवधि	7.5 घंटे
पाठ्यक्रम की अधिकतम अवधि	7.5 घंटे

## कार्यक्रम अवलोकन

यह खंड कार्यक्रम के अंतिम उद्देश्यों तथा उसकी अवधि का सारांश प्रस्तुत करता है।

### प्रशिक्षण परिणाम

कार्यक्रम के अंत में, शिक्षार्थी निम्नलिखित कार्य करने में सक्षम होंगे:

- ऊँचाई पर काम करने से जुड़े संभावित खतरों की पहचान करें और उनका मूल्यांकन करें।
- ऊँचाई पर काम करने से संबंधित स्थानीय, क्षेत्रीय और राष्ट्रीय नियमों और मानकों का पालन करें।
- ऊँचाई पर काम करने के लिए उपयोग किए जाने वाले सभी उपकरणों, जैसे सीढ़ियों, मचान और सुरक्षा हार्नेस का नियमित निरीक्षण और रखरखाव करें।
- बचाव योजनाएं बनाएं तथा घटनाओं पर तुरंत और कुशलतापूर्वक प्रतिक्रिया देने के लिए आवश्यक उपकरण उपलब्ध कराएं।
- प्रशिक्षण, उपकरण निरीक्षण और जोखिम मूल्यांकन के व्यापक रिकॉर्ड बनाए रखें। सुरक्षा नीतियों और प्रक्रियाओं की नियमित समीक्षा और अद्यतनीकरण करें।
- विद्युत शक्ति सर्किट में दोषपूर्ण स्थितियों के जोखिम को प्रभावी ढंग से कम करने या समाप्त करने के लिए कार्यस्थल में भौतिक संशोधनों को लागू करें।

## अनिवार्य माँड्यूल

एम.सी. के अनुरूप माँड्यूल और उनकी अवधि सूचीबद्ध है ।

एनओएस और माँड्यूल विवरण	सिद्धांत अवधि	व्यावहारिक अवधि	कार्यस्थल पर प्रशिक्षण अवधि (अनिवार्य)	नौकरी पर प्रशिक्षण अवधि (अनुशंसित)	कुल अवधि
SSD/M0110: ऊंचाई पर काम करने में सुरक्षा आवश्यकताओं की मूल बातें माइक्रो क्रेडेंशियल संस्करण संख्या 1 NSQF स्तर 2	04:00 घंटे	3.5:00 घंटे	00:00 घंटे	00:00 घंटे	7.5:00 घंटे
माँड्यूल 1: गिरने से बचाव और उपकरण चयन	02:00 घंटे	02:00 घंटे	00:00 घंटे	00:00 घंटे	04:00 घंटे
माँड्यूल 2: गिरने से सुरक्षा प्रक्रियाएं और उपाय	02:00 घंटे	1.5:00 घंटे	00:00 घंटे	00:00 घंटे	3.5:00 घंटे
कुल अवधि	04:00 घंटे	3.5:00 घंटे	00:00 घंटे	00:00 घंटे	7.5:00 घंटे

## माँड्यूल विवरण

### माँड्यूल 1: गिरने से बचाव और उपकरण चयन

#### टर्मिनल परिणाम:

- उंचे स्तर पर कार्य करते समय रेलिंग का उपयोग निष्क्रिय सुरक्षा के साधन के रूप में करें।
- उंचाई पर काम करने के लिए उपयुक्त व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (पीपीई) का चयन करें और उसकी जांच करें।
- संभावित गिरावट की दूरी के बारे में अपनी समझ सुनिश्चित करें।

अवधि : 02:00	अवधि : 02:00
<b>सिद्धांत - मुख्य शिक्षण परिणाम</b>	<b>व्यावहारिक - मुख्य शिक्षण परिणाम</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• उच्च जोखिम वाले क्षेत्रों और गतिविधियों की पहचान करें जो गिरने का कारण बन सकते हैं।</li> <li>• गिरने से बचाव के पदानुक्रम को जानें: उन्मूलन, प्रतिस्थापन, इंजीनियरिंग नियंत्रण, प्रशासनिक नियंत्रण और व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (पीपीई)।</li> <li>• गिरने से बचाव में इस्तेमाल किए जाने वाले पीपीई के प्रकारों को समझें, जैसे हार्नेस, लैनयार्ड और एंकर।</li> <li>• मचान सुरक्षा में गार्डरेल, टोबोर्ड और अन्य सुरक्षात्मक उपायों की भूमिका को पहचानें।</li> <li>• सीढ़ियों की उचित स्थिति, सुरक्षा और निरीक्षण के महत्व को पहचानें।</li> <li>• गिरने से बचाव के उपकरणों में क्षति या घिसाव के संकेतों को पहचानें।</li> <li>• आपातकालीन स्थितियों की तैयारी में प्रशिक्षण और अभ्यास की भूमिका को पहचानें।</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• विभिन्न कार्य स्थितियों (जैसे, उंचाई, अस्थिर सतह, आदि) से जुड़े जोखिमों का आकलन करें।</li> <li>• कार्य और पर्यावरण के आधार पर गिरने से बचाव के लिए उपयुक्त उपकरण चुनें।</li> <li>• हार्नेस, लैनयार्ड और लाइफलाइन सहित PPE के सही उपयोग का प्रदर्शन करें।</li> <li>• सुरक्षा मानकों को पूरा करने वाले उपयुक्त एंकरेज पॉइंट की पहचान करें और उनका चयन करें।</li> <li>• उंचाई पर काम करते समय सुरक्षित अभ्यास लागू करें, जैसे कि संपर्क के तीन बिंदु बनाए रखना और ओवररीच से बचना।</li> <li>• गिरने की घटना पर प्रतिक्रिया करने के लिए प्रक्रियाओं का प्रदर्शन करें, जिसमें आत्म-बचाव तकनीक और सहायता के लिए कॉल करना शामिल है।</li> </ul>

- गिरने से बचाव और उपकरण चयन से संबंधित प्रमुख नियमों और मानकों को समझें
- ऊँचाई पर काम करने के लिए आवश्यक परमिट और लाइसेंस के महत्व का वर्णन करें, जिसमें साइट-विशिष्ट और वैधानिक दायित्व शामिल हैं।
- ऊँचाई पर काम करने से पहले चक्कर आने और मेडिकल फिटनेस टेस्ट की आवश्यकता के बारे में बताएं।
- एक्रोफोबिया (ऊँचाई का डर), तनाव और थकान जैसी सामान्य मनोवैज्ञानिक चुनौतियों और सुरक्षा पर उनके प्रभाव की पहचान करें।
- सीढ़ियों, हार्नेस, लाइफलाइन, एंकर सिस्टम और ऊँचाई पर काम करने वाले अन्य उपकरणों के नियमित निरीक्षण और निवारक रखरखाव के लिए प्रक्रियाओं की रूपरेखा बनाएँ।

- अद्वितीय साइट स्थितियों को ध्यान में रखते हुए, साइट-विशिष्ट गिरने से बचाव योजना विकसित करें और उसे लागू करें।
- यह सुनिश्चित करने के लिए कि कोई खतरा न रहे, कार्यस्थल के बाद सुरक्षा जाँच करें।
- उन परिदृश्यों की पहचान करें जहाँ परमिट की आवश्यकता होती है और सही दस्तावेज़ीकरण प्रक्रियाओं का प्रदर्शन करें।
- वर्टिगो टेस्ट की प्रक्रिया को समझें और समझाएँ कि मेडिकल क्लियरेंस कैसे प्राप्त किया जाता है।
- सुरक्षा हार्नेस, लैनयार्ड, हेलमेट और एंकरेज सिस्टम का हाथों-हाथ निरीक्षण करें।

#### कक्षा सहायक सामग्री

चार्ट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लिप चार्ट, व्हाइटबोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, बोर्ड इरेज़र

#### उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ

सुरक्षा हेलमेट, पूर्ण चेहरा ढाल, चमड़े के दस्ताने, रसायन प्रतिरोधी दस्ताने, विद्युत रूप से इन्सुलेटेड लेटेक्स दस्ताने, रिफ्लेक्टिव जैकेट, कान मफ, सुरक्षा गमबूट, सुरक्षा जूते, सुरक्षा बेल्ट, सुरक्षा हार्नेस, उच्च दृश्यता जैकेट, फाल अरेस्टर, अग्निशामक यंत्र, मापने वाला टेप, अग्नि निवारण किट, प्राथमिक चिकित्सा बॉक्स, सुरक्षा शंकु, सावधानी बोर्ड, सुरक्षा साइन बोर्ड, सावधानी टेप।

## मॉड्यूल 2: : गिरने से सुरक्षा प्रक्रियाएं और उपाय

### टर्मिनल परिणाम:

- एक उपयुक्त एंकर बिंदु का चयन करें जो आवश्यक मानदंडों को पूरा करता हो।
- सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए हवाई लिफ्टों का सही उपयोग सुनिश्चित करें।
- उन परिस्थितियों से परिचित हो जाएं जिनमें गिरने से सुरक्षा की आवश्यकता होती है तथा किस विशिष्ट प्रकार की सुरक्षा की आवश्यकता होती है।

अवधि : 02:00

सिद्धांत - मुख्य शिक्षण परिणाम

अवधि : 1.5:00

व्यावहारिक - मुख्य शिक्षण परिणाम

- विभिन्न कार्य वातावरणों में गिरने के खतरों की पहचान करने और उनका आकलन करने की क्षमता।
- प्रभावी गिरने से बचाव की रणनीतियों और पीपीई के उचित उपयोग का ज्ञान।
- उचित गिरने से सुरक्षा प्रणालियों के चयन, उपयोग और रखरखाव में कौशल।
- बचाव और प्राथमिक चिकित्सा सहित गिरने की घटनाओं पर प्रभावी ढंग से प्रतिक्रिया करने की क्षमता।
- नियामक आवश्यकताओं की समझ और सुरक्षा मानकों के अनुपालन को सुनिश्चित करने की क्षमता।
- सुरक्षित कार्य-ऊंचाई प्रथाओं पर तेज़ हवा, बारिश, कोहरा और बर्फ जैसी मौसम स्थितियों के प्रभाव पर चर्चा करें।
- गिरने से सुरक्षा योजना के प्रमुख तत्वों को परिभाषित और वर्णित करें, जिनमें शामिल हैं: गिरने की निकासी गणना; लंगर बिंदु चयन; व्यक्तिगत गिरने से बचाव प्रणाली (PFAS) का उपयोग; बचाव योजना और प्रतिक्रिया रणनीतियाँ
- ऊंचाई पर काम के दौरान उपयोग की जाने वाली संचार, समन्वय और सिग्नलिंग तकनीकों का वर्णन करें।
- सुरक्षित कार्य-ऊंचाई गतिविधियों की योजना बनाने में जोखिम आकलन, विधि विवरण और नौकरी सुरक्षा विश्लेषण (JSA) के महत्व पर चर्चा करें।

- संभावित गिरने के खतरों को पहचानने के लिए निर्दिष्ट क्षेत्र का भ्रमण करें।
- सुरक्षा जाल और कवर को ठीक से स्थापित करना और उनका निरीक्षण करना सीखें।
- हार्नेस, लैनयार्ड और अन्य गिरने से सुरक्षा करने वाले गियर का नियमित निरीक्षण करें।
- बचाव और प्राथमिक उपचार सहित नकली गिरने की स्थिति में प्रतिक्रिया करें।
- एक गिरने से सुरक्षा योजना विकसित करें जिसमें खतरे की पहचान, रोकथाम के उपाय और आपातकालीन प्रक्रियाएँ शामिल हों।
- अनुपालन ऑडिट की समीक्षा करें और किसी भी विसंगति का समाधान करें।
- सुरक्षित कार्य स्थितियों का निर्धारण करने के लिए साइट-विशिष्ट मौसम डेटा की निगरानी और व्याख्या करें।
- पीएफएस को स्थापित करें और उसका उपयोग करें, जिसमें हार्नेस की उचित फिटिंग और स्वीकृत एंकर पॉइंट पर सुरक्षित करना शामिल है।
- ऊंचे काम के दौरान समन्वय के लिए मानक सिग्नलिंग और मौखिक आदेशों का उपयोग करें।
- ऊंचाई पर काम करने के खतरों की पहचान करने के लिए एक नकली साइट सर्वेक्षण करें

#### कक्षा सहायक सामग्री

चार्ट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लिप चार्ट, व्हाइटबोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, बोर्ड इरेज़र

#### उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ

सुरक्षा हेलमेट, पूर्ण चेहरा ढाल, चमड़े के दस्ताने, रसायन प्रतिरोधी दस्ताने, विद्युत रूप से इन्सुलेटेड लेटेक्स दस्ताने, रिफ्लेक्टिव जैकेट, कान मफ, सुरक्षा गमबूट, सुरक्षा जूते, सुरक्षा बेल्ट, सुरक्षा हार्नेस, उच्च दृश्यता जैकेट, फाल अरेस्टर, अग्निशामक यंत्र, मापने वाला टेप, अग्नि निवारण किट, प्राथमिक चिकित्सा बॉक्स, सुरक्षा शंकु, सावधानी बोर्ड, सुरक्षा साइन बोर्ड, सावधानी टेप।

## अनुलग्नक

### प्रशिक्षक की आवश्यकताएं

प्रशिक्षक पूर्वापेक्षाएँ						
न्यूनतम शैक्षिक योग्यता	विशेषज्ञता	प्रासंगिक उद्योग अनुभव		प्रशिक्षण अनुभव		टिप्पणी
		साल	विशेषज्ञता	साल	विशेषज्ञता	
ITI/12 पास	प्रासंगिक डोमेन	5	सुरक्षा डोमेन	0	-	
किसी भी विषय में स्नातक / इंजीनियरिंग में डिप्लोमा	प्रासंगिक डोमेन	3	सुरक्षा डोमेन	0	-	
Mtech/BTech	प्रासंगिक डोमेन	1	सुरक्षा डोमेन	0	-	

प्रशिक्षक प्रमाणन	
डोमेन प्रमाणन	प्लेटफॉर्म प्रमाणन
नौकरी की भूमिका के लिए प्रशिक्षक के रूप में प्रमाणित: "एसएसडी/एम0110 v1.0: बेसिक्स ऑफ़ सेफ्टी रिक्वायरमेंट्स इन वर्किंग अत हाइट" या SSDF द्वारा कैरियर प्रगति के अनुसार उच्च योग्यता। न्यूनतम स्वीकार्य स्कोर 80% है।	यह अनुशंसा की जाती है कि प्रशिक्षक नौकरी की भूमिका के लिए प्रमाणित हो: "प्रशिक्षक (VET और कौशल)", योग्यता पैक से मैप किया गया: "MEP/Q2601 v2.0"। न्यूनतम स्वीकार्य स्कोर 80% है।

## मूल्यांकनकर्ता की आवश्यकताएं

मूल्यांकनकर्ता पूर्वापेक्षाएँ						
न्यूनतम शैक्षिक योग्यता	विशेषज्ञता	प्रासंगिक उद्योग अनुभव		प्रशिक्षण/मूल्यांकन अनुभव		टिप्पणी
		साल	विशेषज्ञता	साल	विशेषज्ञता	
ITI/12 पास	प्रासंगिक डोमेन	5	सुरक्षा डोमेन	0	-	
किसी भी विषय में स्नातक / इंजीनियरिंग में डिप्लोमा	प्रासंगिक डोमेन	3	सुरक्षा डोमेन	0	-	
Mtech/BTech	प्रासंगिक डोमेन	1	सुरक्षा डोमेन	0	-	

मूल्यांकनकर्ता प्रमाणन	
डोमेन प्रमाणन	प्लेटफॉर्म प्रमाणन
नौकरी की भूमिका के लिए मूल्यांकनकर्ता के रूप में प्रमाणित: "एसएसडी/एम0110 v1.0: बेसिक्स ऑफ़ सेफ्टी रिक्वायरमेंट्स इन वर्किंग अत हाइट" या SSDF द्वारा कैरियर प्रगति के अनुसार उच्च योग्यता। न्यूनतम स्वीकार्य स्कोर 80% है।	यह अनुशंसा की जाती है कि मूल्यांकनकर्ता नौकरी की भूमिका के लिए प्रमाणित हो: "मूल्यांकनकर्ता (VET और कौशल)", योग्यता पैक से मैप किया गया: "MEP/Q2701 v2.0"। न्यूनतम स्वीकृत स्कोर 80% है।

## मूल्यांकन रणनीति

एनसीवीईटी की सूचीबद्ध मूल्यांकन एजेंसियों के साथ प्रमाणित मूल्यांकनकर्ताओं के माध्यम से तीसरे पक्ष के मूल्यांकन की अवधारणा पर आधारित होगा। प्रत्येक मूल्यांकनकर्ता का प्रमाणन एसएसडीएफ द्वारा मूल्यांकनकर्ता के कार्यक्रम के प्रशिक्षण के माध्यम से चयन, प्रशिक्षण, मूल्यांकन और प्रमाणन की प्रक्रिया के माध्यम से किया जाएगा।

मूल्यांकन में प्रारंभिक और योगात्मक दोनों शामिल होंगे। प्रशिक्षण की प्रगति के दौरान प्रशिक्षक के माध्यम से प्रगतिशील मूल्यांकन किया जाएगा। योगात्मक मूल्यांकन मूल्यांकनकर्ता द्वारा मूल्यांकन एजेंसियों के माध्यम से किया जाएगा।

मूल्यांकन प्रक्रिया यह पता लगाएगी कि उम्मीदवार या पेशेवर अपेक्षित प्रदर्शन मानदंडों के अनुसार काम करने में सक्षम है या नहीं। मूल्यांकन योजना में निम्नलिखित जानकारी शामिल है:

मूल्यांकन तत्व - प्रदर्शन मानदंडों के आधार पर योग्यताएँ।

1. मूल्यांकन के तरीके - लिखित परीक्षा (ऑनलाइन/ऑफलाइन), मौखिक परीक्षा और व्यावहारिक/क्षेत्र अभ्यास।
2. मूल्यांकन का समय - अभ्यर्थियों का मूल्यांकन प्रारंभिक और योगात्मक (अभिविन्यास/प्रशिक्षण के बाद) दोनों प्रकार से किया जाएगा।
3. मूल्यांकन का स्थान अर्थात् संदर्भ - मूल्यांकन सिद्धांत, मौखिक और व्यावहारिक/क्षेत्र अभ्यास के माध्यम से सिमुलेटर पर किया जाएगा और यह ऑनलाइन और ऑफलाइन दोनों तरीकों से होगा।
4. निर्णय लेने के मानदंड- यह योग्यता पैक में दिए गए मूल्यांकन मानदंडों और दिशानिर्देशों पर आधारित होगा।
5. प्रश्न - लिखित प्रश्न, मौखिक और व्यावहारिक प्रश्न प्रदर्शन मानदंड के सभी पहलुओं को कवर करने के लिए तैयार किए जाएंगे और विषय के विशेषज्ञों द्वारा मान्य किए जाएंगे।
6. माँड्यूल और मूल्यांकन के लिए दिशानिर्देशों के लिए दिए गए उत्तीर्णता मानदंडों के अनुसार होगी।

## परिवर्णी शब्द और शब्दकोष

### शब्दकोष

अवधि	विवरण
घोषणात्मक जानकारी	घोषणात्मक ज्ञान उन तथ्यों, अवधारणाओं और सिद्धांतों को संदर्भित करता है जिन्हें समझने की आवश्यकता होती है। किसी समस्या को पूरा करने या हल करने के लिए जाना और/या समझा जाना।
मुख्य शिक्षण परिणाम	मुख्य शिक्षण परिणाम वह कथन है जो एक शिक्षार्थी को अंतिम परिणाम प्राप्त करने के लिए जानने, समझने और करने में सक्षम होने की आवश्यकता है। मुख्य शिक्षण परिणामों का एक सेट प्रशिक्षण परिणामों का निर्माण करेगा। प्रशिक्षण परिणाम ज्ञान, समझ (सिद्धांत) और कौशल (व्यावहारिक अनुप्रयोग) के संदर्भ में निर्दिष्ट किया जाता है।
ओजेटी(एम)	कार्यस्थल पर प्रशिक्षण (अनिवार्य); प्रशिक्षुओं को कार्यस्थल पर निर्दिष्ट घंटों का प्रशिक्षण पूरा करना अनिवार्य है।
ओजेटी(आर)	कार्यस्थल पर प्रशिक्षण (अनुशंसित); प्रशिक्षुओं को कार्यस्थल पर निर्दिष्ट घंटों का प्रशिक्षण अनुशंसित किया जाता है।
प्रक्रियात्मक ज्ञान	प्रक्रियात्मक ज्ञान यह बताता है कि किसी काम को कैसे करना है, या किसी कार्य को कैसे करना है। यह संज्ञानात्मक, भावात्मक या मनोप्रेरक कौशल को लागू करके काम करने या ठोस कार्य आउटपुट उत्पन्न करने की क्षमता है।
प्रशिक्षण परिणाम	प्रशिक्षण परिणाम इस बात का विवरण है कि प्रशिक्षण पूरा होने पर शिक्षार्थी क्या जानेगा, क्या समझेगा और क्या करने में सक्षम होगा।
टर्मिनल परिणाम	टर्मिनल आउटकम एक बयान है कि एक मॉड्यूल पूरा होने पर एक शिक्षार्थी क्या जानेगा, समझेगा और क्या करने में सक्षम होगा। टर्मिनल आउटकम का एक सेट प्रशिक्षण परिणाम प्राप्त करने में मदद करता है।

परिवर्णी शब्द	विवरण
AA	मूल्यांकन एजेंसी
AB	अवार्डिंग बोर्ड
ISCO	व्यवसायों का अंतर्राष्ट्रीय मानक वर्गीकरण
NCO	व्यवसायों का राष्ट्रीय वर्गीकरण
NCrF	राष्ट्रीय ऋण ढांचा

NQR	राष्ट्रीय योग्यता रजिस्टर
NSQF	राष्ट्रीय कौशल योग्यता रूपरेखा
OJT	नौकरी पर प्रशिक्षण

एनएसक्यूएफ स्विकृत