



मॉडल पाठ्यक्रम

एनओएस नाम: व्यावसायिक स्वास्थ्य और स्वच्छता के मूल सिद्धांत

एनओएस कोड: HSS/N6606

एनओएस संस्करण: 1.0

एनएसक्यूएफ स्तर: 2

मॉडल पाठ्यक्रम संस्करण: 1.0

हेल्थकेयर सेक्टर स्किल काउंसिल || हेल्थकेयर सेक्टर स्किल काउंसिल, 520, डीएलएफ टॉवर ए, 5वीं मंजिल, जसोला डिस्ट्रिक्ट सेंटर, नई दिल्ली - 110025

विषयसूची

प्रशिक्षण पैरामीटर	3
कार्यक्रम अवलोकन	4
प्रशिक्षण परिणाम	4
अनिवार्य मॉड्यूल.....	4
मॉड्यूल विवरण	5
मॉड्यूल 1- व्यक्तिगत स्वच्छता और सफाई.....	6
मॉड्यूल 2 – कार्यस्थल स्वच्छता और अपशिष्ट प्रबंधन.....	7
मॉड्यूल 3 – व्यावसायिक स्वास्थ्य और निवारक अभ्यास.....	8
मॉड्यूल 4 – कार्यस्थल पर खाद्य सुरक्षा और पोषण.....	9
मॉड्यूल 5 – आपातकालीन प्रतिक्रिया और सुरक्षा.....	11
अनुलग्नक	13
प्रशिक्षक की आवश्यकताएं.....	13
मूल्यांकनकर्ता की आवश्यकताएं	14
मूल्यांकन रणनीति	15
संदर्भ.....	16
शब्दकोष	16
संक्षिप्त और संक्षिप्तीकरण.....	17

प्रशिक्षण पैरामीटर

क्षेत्र	स्वास्थ्य देखभाल
उप-क्षेत्र	पर्यावरण और व्यावसायिक स्वास्थ्य
पेशा	पर्यावरण और व्यावसायिक स्वास्थ्य
देश	भारत
एनएसक्यूएफ स्तर	2
एनसीओ/आईएससीओ/आईएसआईसी कोड के अनुरूप	एनसीओ 2015/2263
न्यूनतम शैक्षिक योग्यता और अनुभव	पढ़ने और लिखने की क्षमता
पूर्व-आवश्यक लाइसेंस या प्रशिक्षण	
नौकरी में प्रवेश की न्यूनतम आयु	14 वर्ष
अंतिम बार समीक्षित	18 फरवरी 2025
अगली समीक्षा तिथि	18 फरवरी 2028
एनएसक्यूसी अनुमोदन तिथि	18 फरवरी 2025
क्यूपी संस्करण	1.0
मॉडल पाठ्यक्रम निर्माण तिथि	18 फरवरी 2025
मॉडल पाठ्यक्रम वैध और अद्यतन	18 फरवरी 2028
मॉडल पाठ्यक्रम संस्करण	1.0
पाठ्यक्रम की न्यूनतम अवधि	45 घंटे
पाठ्यक्रम की अधिकतम अवधि	45 घंटे

कार्यक्रम अवलोकन

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

प्रशिक्षण परिणाम

कार्यक्रम के अंत में, शिक्षार्थी को सूचीबद्ध ज्ञान और कौशल प्राप्त कर लेना चाहिए।

- कार्यस्थल पर बुनियादी स्वास्थ्य मानकों का पालन करें।
- कार्यस्थल पर स्वयं एवं दूसरों की सुरक्षा सुनिश्चित करें
- कार्यस्थल पर स्वच्छता प्रथाओं का पालन करें और उन्हें बनाए रखें।
- व्यावसायिक स्वास्थ्य खतरे की पहचान करें और बुनियादी निवारक प्रथाओं का पालन करें
- कार्यस्थल पर खाद्य सुरक्षा और पोषण के बारे में समझें
- बुनियादी प्राथमिक चिकित्सा कौशल लागू करें
- स्वयं एवं दूसरों की सुरक्षा के लिए सुरक्षा प्रोटोकॉल का पालन करना।

अनिवार्यमॉड्यूल

तालिका में एनओएस के अनुरूप मॉड्यूल और उनकी अवधि सूचीबद्ध है।

एनओएस और मॉड्यूल विवरण	सिद्धांत अवधि	व्यावहारिक अवधि	कार्यस्थल पर प्रशिक्षण अवधि (अनिवार्य)	नौकरी पर प्रशिक्षण अवधि (अनुशासित)	कुल अवधि
व्यक्तिगत स्वच्छता और सफाई	5	5			10
कार्यस्थल स्वच्छता और अपशिष्ट प्रबंधन	5	5			10
व्यावसायिक स्वास्थ्य और निवारक अभ्यास	3	2			5
कार्यस्थल पर खाद्य सुरक्षा और पोषण	3	2			5
आपातकालीन प्रतिक्रिया और सुरक्षा	5	10			15
कुल	21	24			45

मॉड्यूल विवरण

मॉड्यूल 1: व्यक्तिगत स्वच्छता और सफाई

टर्मिनल परिणाम:

- बीमारी से बचाव और सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए व्यक्तिगत स्वच्छता संबंधी आदतें सीखें।
- (जल, स्वच्छता और स्वास्थ्य) WASH प्रोटोकॉल के बारे में समझें

अवधि: 05:00	अवधि: 05:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम
<ul style="list-style-type: none"> • कार्यस्थल पर स्वच्छता और उसके महत्व को समझें, जैसे हाथ धोने, चेहरे और शरीर की सफाई का महत्व। • संबंधित क्षेत्र में स्वास्थ्य और उत्पादकता पर खराब स्वच्छता के प्रभाव पर विस्तार से चर्चा करें • कार्यस्थल के लिए प्रासंगिक बुनियादी स्वच्छता मानकों की सूची बनाएं • दस्ताने, मास्क और हेलमेट जैसे व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (पीपीई) के उपयोग पर चर्चा करें। • मासिक धर्म स्वच्छता के महत्व और कार्यस्थल पर इसे बनाए रखने के तरीकों को समझें • यात्रा और बाहरी गतिविधियों के दौरान स्वच्छता बनाए रखने के महत्व पर चर्चा करें। 	<ul style="list-style-type: none"> • हाथ धोने की उचित तकनीक का प्रदर्शन करें • संबंधित कार्यस्थल पर व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण पहनने और उतारने का प्रदर्शन करना • सुलभ एवं स्वच्छ WASH सुविधाओं (जल, स्वच्छता एवं स्वास्थ्य) के महत्व पर एक चार्ट तैयार करें।
कक्षा सहायक सामग्री:	
चाट, मॉड्यूल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लैप चाट, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, माकर, डस्टर, पम्फलेट, ब्रोशर, हैंडआउट, वीडियो जैसा उपयुक्त हो	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएं	
व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण जैसे मास्क, दस्ताने, गाउन, चश्मा आदि	

मॉड्यूल 2: कार्यस्थल स्वच्छता और अपशिष्ट प्रबंधन

टर्मिनल परीणाम:

- कार्यस्थल की स्वच्छता और कचरे के उचित संग्रहण, पृथक्करण और निपटान का ज्ञान प्राप्त करें।

अवांश: 05:00	अवांश: 05:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण परीणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण परीणाम
<ul style="list-style-type: none"> साइट स्वच्छता के महत्व को समझाएं। कार्य स्थल को स्वच्छ बनाए रखने के महत्व को समझें। कार्य स्थलों पर अपशिष्ट के प्रकारों (जैसे, जैविक, रासायनिक, खतरनाक, सामान्य) के बारे में चर्चा करें। अपशिष्ट पृथक्करण, निपटान और पुनर्चक्रण प्रथाओं, विभिन्न कोडित कूड़ेदानों के बारे में समझें। अपशिष्ट जल प्रबंधन के महत्व को समझाइए। साइट पर शौचालयों, शावरों और हाथ धोने के स्टेशनों के उचित उपयोग की आवश्यकता पर चर्चा करें। साझा वस्तुओं और औजारों से संदूषण से बचने के महत्व को समझें। रोग की रोकथाम में स्वच्छ जल और स्वच्छता रखरखाव के महत्व को समझें। 	<ul style="list-style-type: none"> उचित अपशिष्ट प्रबंधन प्रथाओं का प्रदर्शन करें अपशिष्ट जल प्रबंधन और प्रदूषण रोकने पर एक चार्ट तैयार करें। WASH के महत्व को पहचानें और उनके सही उपयोग का प्रदर्शन करें। रोल प्ले के माध्यम से कार्यस्थल पर स्वच्छता के महत्व पर प्रकाश डालें
कक्षा सहायक सामग्री:	
चार्ट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लिप चार्ट, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर, पैम्फलेट, ब्रोशर, हैंडआउट, वीडियो जैसा उपयुक्त हो	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएं	
बायोमैडिकल रंग कोडित अपशिष्ट डिब्बे।	

मॉड्यूल 3: व्यावसायिक स्वास्थ्य और निवारक अभ्यास

टर्मिनल परिणाम:

- व्यावसायिक स्वास्थ्य मुद्दों और निवारक स्वच्छता प्रथाओं के बारे में जानें।

अवांश: 03:00	अवांश: 02:00
<p>सिद्धांत – मुख्य शिक्षण परिणाम</p> <ul style="list-style-type: none"> • रासायनिक, भौतिक और जैविक खतरों के बारे में संक्षेप में समझें • वेल्डिंग, विध्वंस, बचाव, नवीकरण, सफाई आदि से जुड़ी सामान्य गतिविधियों के बारे में बताएं • श्रमिकों के लिए सामान्य स्वास्थ्य जोखिमों की सूची बनाएं (जैसे, श्वसन संबंधी समस्याएं, त्वचा संबंधी रोग, गर्मी या ठंड से तनाव आदि)। • खतरे के प्रवेश मार्गों जैसे कि साँस लेना, निगलना, अवशोषण, वेल्डिंग धुएं, उत्खनन आदि के बारे में चर्चा करें • तीव्र (तत्काल) और दीर्घकालिक (दीर्घकालिक) जोखिम के स्वास्थ्य प्रभावों के बारे में चर्चा करें • धूल और रसायनों के संपर्क से बचने के लिए निवारक उपायों पर चर्चा करें। • नियमित स्वास्थ्य जांच और लक्षणों की रिपोर्टिंग के महत्व पर चर्चा करें। • औजारों और सामग्रियों को संभालने में एर्गोनॉमिक्स के बारे में समझें। • दैनिक सफाई दिनचर्या, उपकरण भंडारण प्रोटोकॉल और स्पष्ट संकेत जैसे प्रथाओं को लागू करने के महत्व पर चर्चा करें • दुर्घटनाओं को रोकने और क्षति या हानि के जोखिम को कम करने के लिए सामग्रियों के उचित भंडारण के महत्व को समझें 	<p>व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण परिणाम</p> <ul style="list-style-type: none"> • शीर्ष 3 आर्थिक क्षेत्रों (जैसे निर्माण, कृषि, स्वास्थ्य देखभाल आदि) में प्रमुख स्वास्थ्य जोखिमों की पहचान करने के लिए एक चार्ट बनाएं और निवारक स्वच्छता प्रथाओं का वर्णन करें।
<p>कक्षा सहायक सामग्री:</p> <p>चार्ट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लिप चार्ट, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर, पैम्फलेट, ब्रोशर, हैंडआउट, वीडियो जैसा उपयुक्त हो</p>	
<p>उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएं</p>	

मॉड्यूल 4: कार्यस्थल पर खाद्य सुरक्षा और पोषण

टर्मिनल परिणाम:

- भोजन की हैंडलिंग, भंडारण और पोषण संबंधी बुनियादी बातों की सुरक्षित तकनीकों के बारे में जानें

अवधि: 03:00	अवधि: 02:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पॉरेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पॉरेणाम
<ul style="list-style-type: none"> • निर्माण परिवेश में खाद्य सुरक्षा और स्वच्छता के महत्व को समझाइए। • सुरक्षित खाद्य प्रबंधन, तैयारी और भंडारण पर चर्चा करें। • शारीरिक श्रम और जलयोजन बनाए रखने के लिए पोषण संबंधी आवश्यकताओं के बारे में बताएं। • खाद्य विषाक्तता और निर्जलीकरण के लक्षणों को पहचानने के महत्व को समझें। • खाद्य जनित बीमारियों और उनकी रोकथाम के बारे में समझें। 	<ul style="list-style-type: none"> • मौखिक पुनर्जलीकरण समाधान (ओआरएस) बनाने की तकनीक का प्रदर्शन • संतुलित आहार पर एक चार्ट तैयार करें
कक्षा सहायक सामग्री:	
दृश्य सामग्री (चार्ट, पोस्टर), ब्रोशर, पुस्तिकाएं, हैंडआउट, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर, पैम्फलेट, ब्रोशर, हैंडआउट, वीडियो, जैसा उपयुक्त हो	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएं	

मॉड्यूल 5: आपातकालीन प्रतिक्रिया और सुरक्षा

टर्मिनल परिणाम:

- कार्यस्थल पर सामान्य चोटों या संदूषण की घटनाओं के दौरान आपातकालीन प्रतिक्रिया, प्राथमिक चिकित्सा कौशल के बारे में समझें।

अवधि: 05:00	अवधि: 10:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण परिणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण परिणाम
<ul style="list-style-type: none"> कार्यस्थल पर होने वाली सामान्य चोटों या संदूषण की घटनाओं के दौरान आपातकालीन प्रतिक्रिया और सुरक्षा के बारे में बताएं। श्वसन स्वच्छता (खांसने/छींकने का शिष्टाचार) का महत्व जानें। घाव की देखभाल और दूषित वस्तुओं के उचित निपटान के महत्व को समझें। खतरनाक पदार्थों के संपर्क में आने की स्थिति में तत्काल उठाए जाने वाले कदमों की सूची बनाएं। सार्वजनिक स्वास्थ्य आपात स्थितियों (जैसे, महामारी) के दौरान साइट स्वच्छता प्रथाओं के बारे में जानें। कार्यस्थल पर होने वाली सामान्य आपातकालीन स्थितियों (जैसे कि मामूली कट, खरोंच, छाले, आंखों में गंदगी, रक्तस्राव, संपीड़न प्रोटोकॉल के अनुसार छाती में दबाव) के लिए बुनियादी प्राथमिक चिकित्सा तकनीक सीखें। आपदा स्वच्छता बनाए रखने के बारे में समझें के बारे में जानना अग्नि सुरक्षा, गिरने के जोखिम प्रबंधन, विद्युत सुरक्षा, मचान उपयोग के लिए सुरक्षा कौशल 	<ul style="list-style-type: none"> एक भूमिका निभाने के माध्यम से, सामान्य आपात स्थितियों, स्वच्छता प्रोटोकॉल और उचित प्रतिक्रिया प्रक्रियाओं का वर्णन करें। स्वच्छता जोखिमों और सुधार क्षेत्रों की पहचान करने के लिए साइट जाँच अभ्यास से संबंधित एक चार्ट तैयार करें। संपीड़न प्रोटोकॉल के अनुसार मामूली कट, खरोंच, छाले, आंख के मलबे, रक्तस्राव, छाती के संपीड़न के लिए प्राथमिक चिकित्सा से संबंधित कौशल का प्रदर्शन करना एक भूमिका निभाते हुए, अग्नि सुरक्षा, गिरने के जोखिम प्रबंधन, विद्युत सुरक्षा, मचान के उपयोग के लिए सुरक्षा कौशल का प्रदर्शन करें
कक्षा सहायक सामग्री:	
चार्ट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लिप चार्ट, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर, पैम्फलेट, ब्रोशर, हैंड आउट, वीडियो जैसा उपयुक्त हो	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ	
मामले का अध्ययन	

अनुलग्नक

प्रशिक्षक की आवश्यकताएं

प्रशिक्षक पूर्वपेक्षाएँ						
न्यूनतम शैक्षिक योग्यता	विशेषज्ञता	उपयुक्त उद्योग के अनुभव		प्रशिक्षण अनुभव		टिप्पणी
		साल	विशेषज्ञता	साल	विशेषज्ञता	
स्नातक	स्वास्थ्य सेवा (चिकित्सा/नर्सिंग/संबद्ध विज्ञान), स्वास्थ्य और सुरक्षा, सामुदायिक कार्यकर्ता	1		1		स्वास्थ्य एवं सुरक्षा शिक्षण एवं प्रशिक्षण में अनुभव
कक्षा 12वीं पास		3		1		स्वास्थ्य एवं सुरक्षा शिक्षण एवं प्रशिक्षण में अनुभव

प्रशिक्षक प्रमाणन	
डोमेन प्रमाणन	प्लेटफॉर्म प्रमाणन
व्यावसायिक स्वास्थ्य और स्वच्छता की भूमिका के लिए प्रमाणित और NOS:HSS/N6606 से मैप किया गया "" न्यूनतम 80% स्कोर के साथ	यह अनुशंसा की जाती है कि प्रशिक्षक नौकरों को भूमिका के लिए प्रमाणित हो: "प्रशिक्षक", योग्यता पैक से मैप किया गया: "" न्यूनतम 80% स्कोर के साथ।

मूल्यांकनकर्ता की आवश्यकताएं

मूल्यांकनकर्ता पूर्वापेक्षाएँ						
न्यूनतम शैक्षिक योग्यता	विशेषज्ञता	उपयुक्त उद्योग के अनुभव		प्रशिक्षण/मूल्यांकन अनुभव		टिप्पणी
		साल	विशेषज्ञता	साल	विशेषज्ञता	
स्नातक	स्वास्थ्य सेवा (चिकित्सा/नर्सिंग/संबद्ध विज्ञान), स्वास्थ्य और सुरक्षा, सामुदायिक कार्यकर्ता,	2		2		स्वास्थ्य एवं सुरक्षा शिक्षण एवं प्रशिक्षण में अनुभव
कक्षा 12वीं पास		4		2		स्वास्थ्य एवं सुरक्षा शिक्षण एवं प्रशिक्षण में अनुभव

मूल्यांकनकर्ता प्रमाणन	
डोमेन प्रमाणन	प्लेटफॉर्म प्रमाणन
व्यावसायिक स्वास्थ्य और स्वच्छता की भूमिका के लिए प्रमाणित और NOS:HSS/N6606 से मैप किया गया "न्यूनतम 80% स्कोर के साथ	यह अनुशासित है कि मूल्यांकनकर्ता नाकरों की भूमिका के लिए प्रमाणित हो: "मूल्यांकनकर्ता", योग्यता पैक से मैप किया गया: "एमईपी/क्यू 1 v2.0" न्यूनतम 80% स्कोर के साथ।

संदर्भ

शब्दकोष

क्षेत्र	क्षेत्र विभिन्न व्यावसायिक कार्यों का एक समूह है समान व्यवसाय और हित होना। इसे इस प्रकार भी परिभाषित किया जा सकता है अर्थव्यवस्था का एक विशिष्ट उपसमूह जिसके घटक समान विशेषताओं और हितों को साझा करते हैं।
उप-क्षेत्र	उप-क्षेत्र को उसके घटकों की विशेषताओं और हितों के आधार पर आगे के विभाजन से प्राप्त किया जाता है।
पेशा	व्यवसाय नौकरी भूमिकाओं का एक समूह है, जो समान/संबंधित कार्य करते हैं एक उद्योग में कार्यों की।
राष्ट्रीय व्यावसायिक मानक (एनओएस)	एनओएस व्यावसायिक मानक हैं जो भारतीय संदर्भ में विशिष्ट रूप से लागू होते हैं।
योग्यता पैक (QP)	क्यूपी में ओ.एस. का सेट शामिल होता है, साथ ही नौकरी की भूमिका निभाने के लिए आवश्यक शैक्षिक, प्रशिक्षण और अन्य मानदंड भी शामिल होते हैं। एक क्यूपी को एक अद्वितीय योग्यता पैक कोड सौंपा जाता है।

संक्षिप्त और संक्षिप्तीकरण

ओपन स्कूल	राष्ट्रीय व्यावसायिक मानक
एनएसक्यूएफ	राष्ट्रीय कौशल योग्यता ढांचा
क्यूपी	योग्यता पैक
पीपीई	व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण
शराबी	मानक संचालन प्रक्रिया
धोना	जल, स्वच्छता और स्वास्थ्य