



मॉडल पाठ्यक्रम

क्यूपी नाम: योग थेरेपी सहायक

क्यूपी कोड: HSS/Q4001

क्यूपी संस्करण: 4.0

एनएसक्यूएफ स्तर: 4

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	7
मॉड्यूल 1: योग का परिचय	7
मॉड्यूल 2: मानव शरीर की मूल संरचना और कार्य (रचना शरीरा और क्रिया शरीरा).....	8
मॉड्यूल 3: योग के मूल सिद्धांत.....	9
मॉड्यूल 4: योग का वर्गीकरण.....	10
मॉड्यूल 5: चिकित्सीय योगिक अभ्यासों का मानव शरीर और मन पर प्रभाव	11
मॉड्यूल 6: योग चिकित्सा के मूल सिद्धांत	13
मॉड्यूल 7: योग थेरेपी सहायक के प्रमुख कार्य और दायरा	14
मॉड्यूल 8: योग सत्र के लिए पूर्व कर्म	15
मॉड्यूल 9: योग सत्र के लिए प्रधान कर्म.....	16
मॉड्यूल 10: योग सत्र के लिए पाश्चात् कर्म.....	17
मॉड्यूल 11: स्वास्थ्य और उपचार की योगिक अवधारणा	18
मॉड्यूल 12: मधुमेह में योग चिकित्सा.....	19
मॉड्यूल 13: तंत्रिका संबंधी और मनोवैज्ञानिक विकारों में योग चिकित्सा	19
मॉड्यूल 14: प्रसूति एवं स्त्री रोग संबंधी विकारों में योग चिकित्सा	19
मॉड्यूल 15: प्रशामक देखभाल में योग थेरेपी.....	20
मॉड्यूल 16: सूची नियंत्रण	20
मॉड्यूल 17 चिकित्सीय संचार कौशल.....	21
मॉड्यूल 18: रिपोर्टिंग और दस्तावेजीकरण.....	23
मॉड्यूल 19: कार्यस्थल पर सुरक्षा और आपातकालीन प्रतिक्रिया.....	24
मॉड्यूल 20: संक्रमण नियंत्रण नीतियां और प्रक्रियाएं.....	
मॉड्यूल 21: जैव-चिकित्सा अपशिष्ट प्रबंधन.....	
मॉड्यूल 22: DGT/VSQ/N0102: रोजगार कौशल (60 घंटे)	25
अनुलग्नक.....	21

प्रशिक्षक की आवश्यकताएं.....	21
मूल्यांकनकर्ता की आवश्यकताएं	22
मूल्यांकन रणनीति	23
संदर्भ.....	25
शब्दकोष	25
संक्षिप्त और संक्षिप्तीकरण	26

प्रशिक्षण पैरामीटर

क्षेत्र	स्वास्थ्य देखभाल
उप-क्षेत्र	आयुष
पेशा	योग
देश	भारत
एनएसक्यूएफ स्तर	4
एनसीओ/आईएससीओ/आईएसआईसी कोड के अनुरूप	एनसीओ-2015/2269
न्यूनतम शैक्षिक योग्यता और अनुभव	12वीं कक्षा पास या 10वीं कक्षा उत्तीर्ण तथा 3 वर्ष का प्रासंगिक अनुभव या एनएसक्यूएफ लेवल 3 की पूर्व प्रासंगिक योग्यता के साथ 3 वर्ष का प्रासंगिक अनुभव।
पूर्व-आवश्यक लाइसेंस या प्रशिक्षण	
नौकरी में प्रवेश की न्यूनतम आयु	18 वर्ष
अंतिम बार समीक्षित	8-5-2025
अगली समीक्षा तिथि	8-5-2028
एनएसक्यूसी अनुमोदन तिथि	8-5-2025
क्यूपी संस्करण	4.0
मॉडल पाठ्यक्रम निर्माण तिथि	8-5-2025
मॉडल पाठ्यक्रम वैध और अद्यतन	8-5-2028
मॉडल पाठ्यक्रम संस्करण	1.0

पाठ्यक्रम की न्यूनतम अवधि	690 बजे.
पाठ्यक्रम की अधिकतम अवधि	690 बजे.

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।

- योग की अवधारणा और मूलभूत सिद्धांतों की व्याख्या करें।
- योग अभ्यासों के महत्व पर चर्चा करें।
- बुनियादी अवधारणाओं का वर्णन करें और चिकित्सीय योग प्रथाओं के मौलिक सिद्धांत।
- योग में सामान्यतः प्रयुक्त विभिन्न चिकित्सीय उपायों का वर्णन कीजिए।
- योग चिकित्सा पद्धतियों के संकेत और विपरीत संकेतों पर चर्चा करें
- योग चिकित्सा सहायक की हैसियत से सटीक और उचित ढंग से संवाद करें।
- मधुमेह के लिए चिकित्सीय योग अभ्यासों की मौलिक अवधारणाओं और सिद्धांतों का वर्णन करें
- उपशामक देखभाल के लिए चिकित्सीय योग अभ्यासों की बुनियादी अवधारणाओं और मौलिक सिद्धांतों का वर्णन करें
- उपशामक देखभाल में योग के गुणों की व्याख्या करें
- व्यक्तिगत स्वच्छता, सौन्दर्य और व्यक्तिगत व्यवहार को नियमों के अनुसार बनाए रखें। संगठन के मानकों।
- प्रासंगिक अभिलेखों को बनाए रखने की प्रक्रिया का प्रदर्शन करें।
- सुरक्षित, स्वस्थ और संरक्षित कार्य वातावरण बनाए रखें।
- जैव-चिकित्सा अपशिष्ट निपटान और संक्रमण नियंत्रण नीतियों और प्रक्रियाओं का पालन करें।

अनिवार्य मॉड्यूल

तालिका में क्यूपी के अनिवार्य 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 (अनुशंसित)	कुल अवधि
एचएसएस/एन4001: योग चिकित्सा की आवश्यकताओं के अनुसार इकाई तैयार करें।	55:00	65:00	45:00	00:00	165:00
मॉड्यूल 1: योग परिचय	20:00	15:00	00:00	00:00	35:00
मॉड्यूल 2: मानव शरीर की मूल संरचना और कार्य (रचना शरीर और क्रिया शरीर)	10:00	10:00	00:00	00:00	20:00

मॉड्यूल 3: योग के मूल सिद्धांत	10:00	10:00	00:00	00:00	20:00
मॉड्यूल 4: योग का वर्गीकरण	10:00	15:00	00:00	00:00	25:00
मॉड्यूल 5: चिकित्सीय योगिक अभ्यासों का मानव शरीर और मन पर प्रभाव	05:00	15:00	00:00	00:00	20:00
एचएसएस/एन4002: निर्देशों के अनुसार प्रस्तावित योग चिकित्सा के लिए व्यक्तियों के साथ प्रारंभिक बातचीत करें	30:00	50:00	10:00	00:00	90:00
मॉड्यूल 6: योग चिकित्सा के मूल सिद्धांत	20:00	30:00	00:00	00:00	50:00
मॉड्यूल 7: योग थेरेपी सहायक के प्रमुख कार्य और दायरा	10:00	20:00	00:00	00:00	30:00
HSS/N4003: निर्धारित सलाह के अनुसार योग चिकित्सा सत्र आयोजित करें	45:00	25:00	35:00	00:00	105:00
मॉड्यूल 8: योग सत्र के लिए पूर्व कर्म	15:00	10:00	00:00	00:00	25:00
मॉड्यूल 9: योग सत्र के लिए प्रधान कर्म	20:00	10:00	00:00	00:00	30:00
मॉड्यूल 10: योग सत्र के लिए पोश्चात् कर्म	10:00	05:00	00:00	00:00	15:00
HSS/N4004: योग चिकित्सा सत्र के बाद समीक्षा का संचालन करें	75:00	35:00	85:00	00:00	195:00
मॉड्यूल 11: स्वास्थ्य और उपचार की योगिक अवधारणा	15:00	03:00	00:00	00:00	08:00
मॉड्यूल 12: मधुमेह में योग चिकित्सा	10:00	02:00	00:00	00:00	07:00
मॉड्यूल 13: तंत्रिका संबंधी और मनोवैज्ञानिक विकारों में योग चिकित्सा	10:00	05:00	00:00	00:00	10:00
मॉड्यूल 14: प्रसूति एवं स्त्री रोग संबंधी विकारों में योग चिकित्सा	05:00	05:00	00:00	00:00	10:00
मॉड्यूल 15: प्रशामक देखभाल में योग चिकित्सा	05:00	05:00	00:00	00:00	10:00
मॉड्यूल 16: इन्वेंटरी नियंत्रण	10:00	05:00	00:00	00:00	15:00

मॉड्यूल 17: चिकित्सीय संचार कौशल	10:00	05:00	00:00	00:00	10:00
मॉड्यूल 18: रिपोर्टिंग और दस्तावेजीकरण	10:00	05:00	00:00	00:00	10:00
HSS/N9617: सुरक्षित, स्वस्थ और संरक्षित कार्य वातावरण बनाए रखें	30:00	30:00	00:00	00:00	60:00
मॉड्यूल 19: कार्यस्थल पर सुरक्षा और आपातकालीन प्रतिक्रिया	30:00	30:00	00:00	00:00	00:00
HSS/N9618- जैव-चिकित्सा अपशिष्ट सहित संक्रमण नियंत्रण नीतियों और प्रक्रियाओं का पालन करें निपटान प्रोटोकॉल	05:00	05:00	05:00	00:00	15:00
मॉड्यूल 20: संक्रमण नियंत्रण नीतियां और प्रक्रियाएं	03:00	03:00	00:00	00:00	06:00
मॉड्यूल 21: जैव-चिकित्सा अपशिष्ट प्रबंधन	02:00	02:00	00:00	00:00	04:00
कुल अवधि	240:00	210:00	180:00	00:00	630:00
मॉड्यूल 22: डीजीटी/वीएसक्यू/एन0102: रोजगार योग्यता कौशल (60 घंटे)	60:00	00:00	00:00	00:00	60:00
कुल अवधि	300:00	210:00	180:00	00:00	690:00

मॉड्यूल विवरण

मॉड्यूल 1: योग का परिचय मैप किया गया: HSS/N4001

टर्मिनल परिणाम:

- योग थेरेपी सहायक के लिए आवश्यक योग के मूलभूत घटकों को समझें
- विभिन्न योग ग्रंथों में योग चिकित्सा की अवधारणा और सिद्धांतों को समझें

अवधि: 20:00	अवधि: 15:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम
- योग का परिचय, इसकी व्युत्पत्ति और परिभाषाएँ, योग के उद्देश्य और भ्रांतियाँ, - योग की उत्पत्ति, योग का संक्षिप्त इतिहास और विकास (पूर्व-वैदिक काल से समकालीन समय तक) तथा योग के स्कूलों को समझें। - योग से संबंधित संस्कृत भाषा और श्लोकों की प्रासंगिकता समझाइए। - मानव जीवन के लक्ष्य वेद, उपनिषद, प्रस्थानत्रयी और पुरुषार्थ चतुष्टय के बारे में बताएं। - योग विद्यालयों, ज्ञान योग, भक्ति योग और कर्म योग, पतंजला योग और बौद्ध योग, हठ योग के बारे में चर्चा करें। - योगिक जीवनशैली की अवधारणा को समझें - कॉमन योग प्रोटोकॉल (CYP) के बारे में चर्चा करें - अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का महत्व समझें	- योग सुविधाओं और उससे जुड़ी सेवाओं पर एक चार्ट तैयार करें। - सामान्य योग प्रोटोकॉल (सीवाईपी) के अनुसार आसनों का प्रदर्शन करें
कक्षा सहायक सामग्री:	
चाट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लैप चाट, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ	
क्षेत्र कार्य के लिए योग सुविधा का दौरा	

मॉड्यूल 2: मानव शरीर की मूल संरचना और कार्य (रचना शरीरा और क्रिया शरीरा) मैप किया गया: HSS/N4001

टर्मिनल परिणाम:

- मानव शरीर की मूल संरचना और कार्य का ज्ञान प्रदर्शित करें।
- योग अभ्यास में बायोमैकेनिक्स के महत्व के बारे में विस्तार से बताएं

अवधि: 10:00	अवधि: 10:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम
- शरीररचना विज्ञान और शरीरक्रिया विज्ञान की संक्षिप्त समझ के साथ शरीर के विभिन्न अंगों की सूची बनाएं। - आयुर्वेद प्रणाली में होमियोस्टेसिस की अवधारणा को समझाएं। - शरीर के छह क्षेत्रों (षडंगत्वम्) की संकल्पना को समझाएं। - सामान्य बायोमैकेनिक्स अवधारणाओं और सिद्धांतों को जानें जो मानव आंदोलन को प्रभावित करते हैं - बायोमैकेनिक्स और काइनेसियोलॉजी पर चर्चा करें - निम्नलिखित शब्दों की मौलिक अवधारणाओं पर चर्चा करें: अक्ष और तल, गुरुत्वाकर्षण केंद्र, संतुलन, गुरुत्वाकर्षण रेखा, विभिन्न जोड़ों पर मौलिक हलचलें। - योग आसनों के बारे में समझें - गुण और दोष की अवधारणा को समझाएं। - प्लाज्मा (रस धातु), रक्त (रक्त धातु) और मांसपेशियों (ममसा धातु) का वर्णन करें। - शरीर की विभिन्न शारीरिक स्थितियों, पाचन तंत्र, तंत्रिका तंत्र, श्वसन तंत्र, मस्कुलोस्केलेटल, लोकोमोटर, परिसंचरण, हृदय, आदि का अवलोकन।	- कौशल प्रयोगशाला में मानव शरीर के अंगों का मॉडल तैयार करें। - अक्षों की पहचान करें और समतल, गुरुत्वाकर्षण केंद्र, संतुलन, गुरुत्वाकर्षण रेखा, और एक मॉडल में विभिन्न जोड़ों पर मौलिक हलचलें। - एक मॉडल में शरीर की विभिन्न शारीरिक स्थितियों, पाचन तंत्र, तंत्रिका तंत्र, श्वसन तंत्र, मस्कुलोस्केलेटल, लोकोमोटर, परिसंचरण, कार्डियोवैस्कुलर आदि की पहचान करें।
कक्षा सहायक सामग्री:	
चाट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लिप चाट, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर, ए.वी. एड्स	
मानव शरीर की संरचना और कार्य को समझना	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएं	

मॉड्यूल 3: योग के मूल सिद्धांत

मैप किया गया: HSS/N4001

टर्मिनल परिणाम:

- योग की मूल अवधारणा को समझाए।
- योगिक स्वास्थ्य की अवधारणा को समझाए।

अवधि: 10:00	अवधि: 10:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम
• एकीकृत स्वास्थ्य की अवधारणा को समझाए • माला (अपशिष्ट उत्पाद) की अवधारणा को समझाएं • योग और मनोविज्ञान की अवधारणा को समझाए • मंत्र जप और ध्यान के बारे में बताएं • योगिक अभ्यासों (शुद्धि क्रिया, आसन, प्राणायाम, मुद्रा आदि) की अवधारणा और लाभों की व्याख्या करें, • चिकित्सीय योग के संकेत और प्रतिविरोधों की व्याख्या करें • योग और उसके अभ्यासों की व्याख्या करें। • सूर्य नमस्कार के महत्व और विभिन्न आसनों के बारे में बताएं • योगिक परिचय (आहार, विहार, आचार-विचार) के बारे में बताएं • विभिन्न योग ग्रंथों जैसे पतंजलि योगसूत्र, हठप्रदीपिका, घेरण्ड, संहिता आदि पर संक्षेप में चर्चा करें।	• दिखाना/विश्राम तकनीकें। • विभिन्न आसन, प्राणायाम, मुद्रा, शुद्धि क्रिया आदि का प्रदर्शन करें। • सूर्य नमस्कार की विभिन्न मुद्राओं का प्रदर्शन करें। • सभी योगसूत्रों और संहिताओं की एक सूची बनाइये।
कक्षा सहायक सामग्री:	
चार्ट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लैप चार्ट, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर, योग ई-मॉड्यूल	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ	
योगा मैट, योग ई-मॉड्यूल	

मॉड्यूल 4: योग का वर्गीकरण

मैप किया गया: HSS/N4001

टर्मिनल परिणाम:

- हठ योग और योग सूत्र के बारे में बताएं।

अवधि: 10:00	अवधि: 15:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम
- हठ योग और उसके अभ्यासों के बारे में समझें - योगसूत्र एवं हठ योग तथा इसके घटकों का वर्णन करें - अष्टांग योग के वर्गीकरण पर चर्चा करें योग सूत्र के आठ घटक जैसे यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान, समाधि। - हठ योग अभ्यास (आसन और षट्कर्म, प्राणायाम, बंध, मुद्रा और नादानुसंधान) के बारे में चर्चा करें - योग के विभिन्न स्वरूपों का वर्णन करें जैसे भक्ति योग, कर्म योग, ज्ञान योग आदि। - स्वास्थ्य और कल्याण में इसकी प्रासंगिकता के साथ भाव और भावनाओं की अवधारणा को जानें	- हठ योग की सही तकनीक का प्रदर्शन करें - योग सूत्र, आसन, बंध, मुद्रा आदि की सही तकनीक का प्रदर्शन करें।
-कक्षा सहायक सामग्री:	
चार्ट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लिप चार्ट, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर, CYP दिशानिर्देशों पर ई-मॉड्यूल	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ	
चेकालेस्ट प्रारूप	

मॉड्यूल 5: चिकित्सीय योगिक अभ्यासों का मानव शरीर और मन पर प्रभाव

मैप किया गया: HSS/N4001

टर्मिनल परिणाम:

- शरीर, आत्मा और मन तथा समग्र कल्याण की अवधारणा को समझाएं
- गतिहीन जीवनशैली के कारण होने वाली विभिन्न बीमारियों की पहचान करें।
- बताएं कि योग किस प्रकार इन बीमारियों को रोक सकता है और उनका इलाज कर सकता है।
- मानव शरीर और मन पर प्राणायाम और ध्यान के महत्व को समझाएं।

अवधि: 05:00	अवधि: 15:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम
• चिकित्सीय योग और एकीकृत स्वास्थ्य दृष्टिकोण में इसके महत्व को समझें • मानव शरीर और मन पर प्राणायाम और ध्यान के महत्व पर चर्चा करें • प्राणायाम के मनोवैज्ञानिक-शारीरिक प्रभावों को समझें • ध्यान के विभिन्न प्रकारों और केंद्रीय तंत्रिका तंत्र तथा परिधीय तंत्रिका तंत्र पर इसके प्रभावों के बारे में जानें। • ध्यान के विभिन्न प्रकारों के बारे में जानें तथा हृदय प्रणाली, श्वसन प्रणाली, तंत्रिका तंत्र, मांसपेशी प्रणाली आदि पर इसके प्रभावों के बारे में जानें। • वार्म अप व्यायाम और क्रियाओं के महत्व पर चर्चा करें • स्वस्थ जीवन की योगिक अवधारणा को समझाएं • योग को एक निवारक और प्रोत्साहक स्वास्थ्य देखभाल के रूप में समझाएं। • सामान्य मस्कुलोस्केलेटल रोगों का वर्णन करें • सामान्य जीवनशैली और चयापचय संबंधी बीमारियों के बारे में बताएं • सामान्य पोषण, उम्र बढ़ने और प्रतिरक्षा-संबंधी रोग • मेटास्टेसिस और उसके वर्गीकरण का वर्णन करें • हृदय संबंधी रोगों पर संक्षेप में चर्चा करें • मनोदैहिक रोगों पर संक्षेप में चर्चा करें	• विभिन्न आसन, श्वास व्यायाम और प्राणायाम करें। • विभिन्न जीवनशैली विकारों को दर्शाने वाला एक चार्ट तैयार करें। • विभिन्न आसनों, श्वास व्यायाम और प्राणायाम का चार्ट तैयार करें।
कक्षा सहायक सामग्री:	
चाट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लैप चाट, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, माकेर, डस्टर।	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ	
योगा मैट, मानव शरीर कंकाल, शरीर प्रणालियों पर चाट और पोस्टर, मानव शरीर संरचना और कार्य को समझने के लिए AV एड्स, पुरुष और महिला के लिए योग पोशाक	

मॉड्यूल 6: योग चिकित्सा के मूल सिद्धांत

मैप किया गया: HSS/N4002

टर्मिनल परिणाम:

- योग के नजरिए से शरीर और स्वास्थ्य की अवधारणा को समझें
- योग के अनुसार रोग की योगिक अवधारणा और उसके उपचारात्मक उपायों को समझें

अवधि: 20:00	अवधि: 30:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पॉरेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पॉरेणाम
- आयुर्वेद के अनुसार स्वास्थ्य की अवधारणा को समझें। - मानसिक और भावनात्मक स्वास्थ्य सहित अस्वस्थता के संभावित कारणों की सूची बनाएं। - निवारक स्वास्थ्य देखभाल में शुद्धि क्रियाओं की भूमिका पर चर्चा करें। - स्वास्थ्य और उपचार के लिए योगिक अवधारणाओं को समझें। - स्वस्थ जीवन के योग सिद्धांतों के महत्व पर चर्चा करें: आहार, विहार, आचार और विचार। - स्वस्थ जीवन के लिए योगिक सकारात्मक दृष्टिकोण (मैत्री, करुणा, मुदिता और उपेक्षा) की भूमिका - जीवनशैली प्रबंधन के योग सिद्धांतों और रोगों की रोकथाम एवं स्वास्थ्य संवर्धन में इसकी भूमिका का प्रदर्शन करना। - आहार के योगिक सिद्धांतों और स्वस्थ जीवन में इसकी भूमिका के बारे में चर्चा करें।	- उपनिषद एवं योग ग्रंथों से भजन तथा शांति मंत्र का पाठ करें। - शुद्धि क्रियाएं करें। - आहार के योगिक सिद्धांतों और स्वस्थ जीवन में इसकी भूमिका पर एक चार्ट तैयार करें।
कक्षा सहायक सामग्री:	
चार्ट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लिप चार्ट, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर,	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ	
योगा मैट, विभिन्न आसनों और मुद्राओं के चार्ट, लाइट, प्रॉप्स, ध्वनि प्रणाली और पुरुषों और महिलाओं के लिए योग पोशाक।	

मॉड्यूल 7: योग थेरेपी सहायक के प्रमुख कार्य और दायरा

मैप किया गया: HSS/N4002

टर्मिनल परिणाम:

- योग थेरेपी सहायक की भूमिका और जिम्मेदारियों को समझाए।
- महत्वपूर्ण मापदंडों को मापें और रिकॉर्ड करें।

अवधि: 10:00	अवधि: 20:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम
• योग के पूर्व, प्रधान और पाश्चात्य कर्म में योग थेरेपी सहायक की भूमिका और जिम्मेदारियों का वर्णन करें • बनाए रखने का महत्व समझाएं • सत्र के लिए अनुकूल वातावरण • योग थेरेपी सहायक के रूप में काम करने वाले पेशेवरों के दायरे और सीमाओं को परिभाषित करें • महत्वपूर्ण मापदंडों को मापने और रिकॉर्ड करने की प्रक्रिया और प्रोटोकॉल जानें • महत्वपूर्ण मापदंडों और उनकी सामान्य सीमा की पहचान करें। • प्रतिभागियों की सामान्य स्थिति का आकलन करने के लिए महत्वपूर्ण मापदंडों को मापें जैसे रक्तचाप, तापमान, नाड़ी, श्वसन, आरबीएस • ग्राहकों के साथ काम करते समय गोपनीयता और निजता के महत्व पर चर्चा करें • यदि महत्वपूर्ण पैरामीटर सामान्य रीडिंग से विचलित होता है तो एस्केलेशन मैट्रिक्स या रेफरल पर चर्चा करें • योग सेट सेवाओं और इसमें शामिल पेशेवरों के बारे में विस्तार से चर्चा करें • योग के क्षेत्र में कैरियर की संभावनाओं के बारे में जानें • अनुशासन, सत्यनिष्ठा, शिकायत निवारण और समय की पाबंदी जैसी कर्मचारियों की जिम्मेदारियों के महत्व को समझाएं।	• हाथ धोने की तकनीक का प्रदर्शन करें • महत्वपूर्ण मापदंडों की मूल्यांकन प्रक्रिया का प्रदर्शन करें • महत्वपूर्ण पैरामीटर रिकॉर्ड के लिए चार्टिंग प्रक्रिया का प्रदर्शन करें
कक्षा सहायक सामग्री:	
चाट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लैप चाट, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, माकेर, डस्टर, योग ई-मॉड्यूल	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएं	

बीपी उपकरण, और महत्वपूर्ण संकेत माप चीजें आवश्यक हैं।

मॉड्यूल 8: योग सत्र के लिए पूर्व कर्म

मैप किया गया: HSS/N4003

टर्मिनल परिणाम:

- शरीर की शारीरिक जांच की विधि का प्रदर्शन करें।
- प्रभावी सत्र के लिए पूर्वकर्म अनुपालन का प्रदर्शन करें।

अवधि: 15:00	अवधि: 10:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम
• उचित योग चिकित्सा सत्रों की योजना बनाने के लिए प्रतिभागियों के नुस्खे, आदेश/सहमति प्रपत्र, नैदानिक विवरण की व्याख्या करना • परामर्श सत्र में प्रतिभागियों से चिकित्सीय योग के लिए आवश्यक जानकारी पर चर्चा की गई • प्रतिभागी के महत्वपूर्ण पैरामीटर की जांच करें। • योगिक प्रक्रिया के कारण होने वाली जटिलताओं के बारे में प्रतिभागियों को बताए गए नुस्खे के अनुसार बताएं। • लिंग, धर्म, संस्कृति, भाषा आदि जैसे कारकों पर विचार करते हुए वरीयता के आधार पर प्रतिभागियों की सीमाओं या सहजता के क्षेत्रों की पहचान करना। • व्यक्तिगत पसंद के आधार पर प्रभावी सत्रों के लिए विभिन्न मॉड्यूलेशन का वर्णन करें • चिकित्सीय योग सत्रों के लिए पूर्व-प्रक्रियात्मक तैयारी के महत्व का वर्णन करें • रोशनी/प्रॉप्स/मैट/ध्वनि प्रणाली आदि सहित संसाधनों की तैयारी के महत्व पर चर्चा करें। • चिकित्सा सत्र के बेहतर संचालन के लिए वेंटिलेशन, सुगंध और चिकित्सीय वातावरण के महत्व पर चर्चा करें। • संगठनात्मक नीतियों और प्रोटोकॉल के अनुसार योग चिकित्सा इकाई तैयार करें।	• व्यक्तिगत पसंद के आधार पर प्रभावी सत्र के लिए आसन और मुद्राओं जैसी विभिन्न तकनीकों का प्रदर्शन करें। • योग सत्र शुरू करने से पहले शांत और आराम की स्थिति का प्रदर्शन करें। • नकली सेट-अप में नुस्खों, आदेशों/सहमति प्रपत्रों और नैदानिक विवरणों की व्याख्या करना।
कक्षा सहायक सामग्री:	
चार्ट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लिप चार्ट, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर,	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएं	

योगा मैट, विभिन्न आसनों और मुद्राओं के चार्ट, लाइट, प्रॉप्स, साउंड सिस्टम, पुरुषों और महिलाओं के लिए योग पोशाक

मॉड्यूल 9: योग सत्र के लिए प्रधान कर्म

मैप किया गया: HSS/N4003

टर्मिनल परिणाम:

- आसन और प्राणायाम की सही तकनीक का प्रदर्शन करें।
- प्रतिभागियों के लिए योग सत्र आयोजित करें और उनका प्रदर्शन करें।
- प्रतिभागियों को विभिन्न आसन, मुद्राएं और ध्यान करने का निर्देश दें

अवधि: 20:00	अवधि: 10:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम
• चिकित्सक/चिकित्सक के निर्देशानुसार कार्य को व्यवस्थित करें और गतिविधियों को प्राथमिकता दें • योगिक अभ्यासों के अनुसार प्रतिभागियों को चिकित्सीय आसन का प्रदर्शन करना • योग सिद्धांतों के पूरक अभ्यासों के उपयोग की व्याख्या करें • सुनिश्चित करें कि योग सत्र की कार्यवाही प्रतिभागियों द्वारा पूरी तरह से पालन की जा रही है • सत्र के दौरान प्रतिभागी के साथ अनावश्यक शारीरिक संपर्क से बचने के तरीके बताएं। • सत्र को उपयोगी और सुरक्षित बनाने के लिए उचित तकनीकों का पालन करें • तकनीकों का वर्गीकरण और चर्चाकर्ण का षट् कर्म, प्राणायाम, सूक्ष्म व्यायाम, मल व्यायाम। शक्ति विकासका • मुख, धौति • वाक् शक्ति विकासका • नादानुसंधान • पादहस्तासन • अर्धकटी चक्रासन • अर्ध चक्रासन • भुजंगासन • सिंहासन • योगेन्द्र प्राणायाम • जालनेति • सूत्र नेति और कुंजल क्रिया	• प्रतिभागियों को चलने की सही तकनीक का प्रदर्शन करें। • प्रतिभागियों को आरामदायक स्थिति का प्रदर्शन करें। • नुस्खे के अनुसार विभिन्न चिकित्सीय योग का प्रदर्शन करें • दिखानाकर्ण शक्ति विकास की चिकित्सीय तकनीकें • मुख, धौति • वाक् शक्ति विकासका • नादानुसंधान • पादहस्तासन • अर्धकटी चक्रासन • अर्ध चक्रासन • भुजंगासन • सिंहासन • योगेन्द्र प्राणायाम • जालनेति • जीवामूलशोधनम् • किंजल क्रिया और सूत्र नेति
कक्षा सहायक सामग्री:	

चाटे, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लैप चाटे, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर, योग ई-मॉड्यूल

उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ

योगा मैट, योग ई-मॉड्यूल, योग आसन और क्रियाओं से संबंधित चाटे।

मॉड्यूल 10: योग सत्र के लिए पास्चैट कर्म

मैप किया गया: HSS/N4003

टर्मिनल परिणाम:

- प्रतिभागियों के प्रश्नों एवं शंकाओं का समाधान करें।
- उचित दस्तावेजीकरण करें और गोपनीयता बनाए रखें।

अवधि: 10:00	अवधि: 05:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम
• बताएं कि शिकायतों का रिकॉर्ड कैसे रखा जाए और संबंधित प्राधिकारी तक कैसे पहुंचाया जाए। • चिकित्सक/चिकित्सक को प्रतिभागी के प्रदर्शन तथा उसकी सीमाओं के बारे में बताएं। • चिकित्सकों/डॉक्टरों के निर्देशानुसार प्रतिभागियों के साथ नियमित फॉलो-अप करें। • प्रतिभागियों को चिकित्सक/डॉक्टर के साथ अगले कार्यक्रम के बारे में सूचित करें। • सत्र की आवश्यकताओं के अनुसार फीडबैक फॉर्म डिज़ाइन करें • फीडबैक फॉर्म का महत्व बताएं। • चिकित्सा सत्र के बाद व्यक्ति की भावनात्मक स्थिति का आकलन करें और संगठनात्मक नीतियों के अनुसार उसे रिकॉर्ड करें। • मानक प्रक्रियाओं या प्रोटोकॉल से विचलित हुए बिना प्रदर्शन के आधार पर रोगी को उपयुक्त सुझाव समझाएं। • सत्र के दौरान किए गए अभ्यासों में संशोधनों के बारे में चिकित्सक/परामर्शदाता को बताएं। • अभ्यास के दौरान देखे गए किसी भी असामान्य संकेत के बारे में चिकित्सक/परामर्शदाता को बताएं। • चिकित्सक/परामर्शदाता और रोगी को सत्र के दौरान हुई प्रगति के बारे में बताएं।	• प्रतिभागियों की अपेक्षाओं, धारणाओं, ज्ञान और चिंताओं को संबोधित करने की प्रक्रिया का प्रदर्शन करें। • योग सत्र के बाद क्या करें और क्या न करें के बारे में प्रतिभागियों को मार्गदर्शन देने में प्रभावी संचार कौशल और तकनीकी ज्ञान के उपयोग का प्रदर्शन करें। • एक नमूना प्रतिभागी रिपोर्ट और फीडबैक फॉर्म तैयार करें।
कक्षा सहायक सामग्री:	
चाटे, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लैप चाटे, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर, बो	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ	

फोडबैक फॉर्म के नमूना प्रारूप, रिपोर्ट और रिकॉर्ड के नमूना प्रारूप, रिपोर्ट और अस्पताल दस्तावेजों के नमूना प्रारूप, परिदृश्य आधारित शिक्षण मॉड्यूल, महत्वपूर्ण मूल्यांकन उपकरण; बीपी उपकरण, थर्मामीटर, पल्स ऑक्सीमीटर (फिंगर), स्टेथोस्कोप

मॉड्यूल 11: स्वास्थ्य और उपचार की योगिक अवधारणा

मैप किया गया: HSS/N4004

टर्मिनल परिणाम:

- स्वास्थ्य एवं उपचार में योगिक जीवनशैली की अवधारणा को समझाए।
- आहार, विहार, आचार और विचार के माध्यम से स्वस्थ जीवन के योग सिद्धांतों की अवधारणा को समझें

अवधि: 10:00	अवधि: 03:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम
• विभिन्न चिकित्सा पद्धतियों में योग की भूमिका पर चर्चा करें। ➤ मस्कुलोस्केलेटल स्थितियां ➤ हृदय संबंधी विकार ➤ पाचन विकार ➤ अंतःसावी और चयापचय संबंधी विकार ➤ प्रसूति एवं स्त्री रोग संबंधी विकार ➤ तंत्रिका संबंधी स्थितियां • त्रिगुण, पंच-महाभूत, पंच-प्राण की अवधारणा और स्वास्थ्य एवं उपचार में उनकी भूमिका पर चर्चा करें • पंचकोशों और षट्चक्रों की अवधारणा और स्वास्थ्य एवं उपचार में उनकी भूमिका को समझें। • शुद्धि की अवधारणा, स्वास्थ्य और उपचार में इसकी भूमिका और महत्व को समझाए। • आहार, विहार, आचार और विचार के माध्यम से स्वस्थ जीवन के योग सिद्धांतों को जानें • स्वस्थ जीवन जीने के लिए योगिक अभ्यासों जैसे यम, नियम, षट्कर्म, आसन, मुद्रा एवं बंध-प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा और ध्यान तथा स्वस्थ जीवन जीने में उनकी भूमिका के बारे में चर्चा करें। • स्वस्थ जीवन के लिए योगिक सकारात्मक दृष्टिकोण (मैत्री, करुणा, मुदिता और उपेक्षा) की अवधारणा को समझें, स्वास्थ्य और कल्याण में इसकी प्रासंगिकता के साथ भाव और भावना की अवधारणा को समझें • जीवनशैली प्रबंधन में योग सिद्धांतों की अवधारणा और रोग की रोकथाम और स्वास्थ्य संवर्धन में	• यम, नियम, षट्कर्म, आसन, मुद्रा और बंधप्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा और ध्यान का प्रदर्शन करें • आहार के योगिक सिद्धांतों और स्वस्थ जीवन में इसकी भूमिका पर एक चार्ट तैयार करें

- इसकी भूमिका को समझें - आहार के योगिक सिद्धांतों और स्वस्थ जीवन में इसकी भूमिका के बारे में चर्चा करें	
कक्षा सहायक सामग्री:	
चाट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लैप चाट, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर, योग ई-मॉड्यूल	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ	
मधुमेह से संबंधित शारीरिक प्रणालियों पर चाट और पोस्टर, मानव शरीर की संरचना और कार्य को समझने के लिए ए.वॉ. सहायता, प्रत्येक प्रतिभागी के लिए पुरुष और महिला के लिए योग पोशाक, महत्वपूर्ण अंगों का आकलन करने के उपकरण; स्फिग्मोमैट्रोमीटर, थर्मामीटर, पल्स ऑक्सीमीटर (उंगली), स्टेथोस्कोप, विभिन्न स्थितियों के लिए नमूना योग आहार चार्ट	

मॉड्यूल 12: मधुमेह में योग चिकित्सा

मैप किया गया: HSS/N4004

टर्मिनल परिणाम:

- मधुमेह में योग चिकित्सा के लाभों की व्याख्या करें।

अवधि: 10:00	अवधि: 02:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम
- मधुमेह, इसके प्रकार और मानव शरीर पर मधुमेह के प्रभाव के बारे में बताएं - मधुमेह के कारण होने वाली विभिन्न जटिलताओं के बारे में बताएं - हाइपोग्लाइसीमिया और हाइपरग्लाइसीमिया की अवधारणा को समझाएं - तनाव और स्वप्रतिरक्षा के बारे में बताएं - योग के साथ मधुमेह के आहार प्रबंधन और चिकित्सीय योग अभ्यास के महत्व को समझाएं - मधुमेह के लिए योग चिकित्सा से संबंधित रोगियों के लिए क्या करें और क्या न करें की जानकारी दी गई - मधुमेह को नियंत्रित करने में अर्ध मत्स्येन्द्रासन, पश्चिमोत्तानासन, मंडूकासन और बालासन के महत्व पर चर्चा करें। - मधुमेह के लिए योगिक आवश्यकताओं के अनुसार जीवनशैली और आहार प्रबंधन पर चर्चा	- योगासन, प्राणायाम, क्रिया, ध्यान सत्र का प्रदर्शन करें। - अर्ध मत्स्येन्द्रासन, पश्चिमोत्तानासन, मंडूकासन, बालासन जैसे आसन प्रदर्शित करें - रक्तचाप, तापमान, नाड़ी आदि महत्वपूर्ण रिकार्ड करने की विधि का प्रदर्शन करें।

- करें - आहार द्रव्य के गुण और वर्गीकरण की व्याख्या करें - हित एवं अहित अहारा को स्पष्ट करें - दोषिका प्रकृति पर आधारित - अनाज, दालों, सब्जियों और फलों के गुणों की व्याख्या करें - स्वास्थ्य और रोग में दूध और दूध उत्पादों की प्रासंगिकता की व्याख्या करें	
कक्षा सहायक सामग्री:	
चाटे, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लैप चाटे, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर, योग ई-मॉड्यूल	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएं	
मधुमेह से संबंधित शरीर प्रणालियों पर चाटे और पोस्टर, मानव शरीर संरचना और कार्य को समझने के लिए ए.वी. एड्स, प्रत्येक प्रतिभागी के लिए पुरुष और महिला के लिए योग पोशाक, महत्वपूर्ण मूल्यांकन उपकरण; स्फिग्मोमैट्रोमीटर, थर्मामीटर, पल्स ऑक्सीमीटर (उंगली), स्टेथोस्कोप, मधुमेह जैसी विभिन्न स्थितियों के लिए नमूना योग आहार चार्ट।	

मॉड्यूल 13: तंत्रिका संबंधी और मनोवैज्ञानिक विकारों में योग चिकित्सा

मैप किया गया: HSS/N4004

टर्मिनल परिणाम:

- तंत्रिका संबंधी और मनोवैज्ञानिक विकारों में आसन और प्राणायाम की सही तकनीक का प्रदर्शन करना
- प्रतिभागियों को विभिन्न आसन, मुद्राएं और ध्यान तकनीकें करने का निर्देश दें।

अवधि: 10:00	अवधि: 05:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम
- तंत्रिका विज्ञान और मनोवैज्ञानिक देखभाल के महत्व पर चर्चा करें। - माइग्रेन, सिरदर्द, मल्टीपल स्क्लेरोसिस, पार्किंसंस रोग, मिर्गी, अल्जाइमर रोग, अवसाद, चिंता और मानसिक मंदता जैसे विभिन्न विकारों का वर्णन करें। - रोग की स्थिति से संबंधित नुस्खों, आदेशों/सहमति प्रपत्रों, नैदानिक विवरण आदि के मूल्यांकन के महत्व को समझाएं - न्यूरोलॉजी और मनोविज्ञान के लिए चिकित्सीय योग के लिए रोगियों के लिए क्या करें और क्या न करें की सूची बनाएं। - विकारों से संबंधित आहार पर चर्चा करें। - आसन, प्राणायाम, ध्यान और योग निद्रा के	- ध्यान और प्राणायाम के साथ-साथ आरामदायक योग आसनों का प्रदर्शन करें। - वृक्षासन (वृक्ष मुद्रा), ताड़ासन (पर्वत मुद्रा), बालासन (बाल मुद्रा) शवासन (शव मुद्रा) का प्रदर्शन करें। - भाग लेने के लिए आरामदायक स्थिति का प्रदर्शन करें। - ध्यान तकनीक का प्रदर्शन करें।

महत्व पर चर्चा करें। तंत्रिका विज्ञान और मनोवैज्ञानिक स्वास्थ्य के लिए वृक्षासन (ट्री पोज), ताड़ासन (माउंटेन पोज), बालासन (चाइल्ड पोज) शवासन (कॉर्पस पोज) आदि का वर्णन करें।	
कक्षा सहायक सामग्री:	
चाट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लैप चाट, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर, योग ई-मॉड्यूल	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ	
शारीरिक प्रणालियों पर चाट और पोस्टर, ए.वी. एड्स, महत्वपूर्ण अंगों का आकलन करने वाले उपकरण; स्टेथोस्कोप, मानव शरीर की संरचना और कार्य, पुरुषों और महिलाओं के लिए योग पोशाक	

मॉड्यूल 14: प्रसूति एवं स्त्री रोग संबंधी विकारों में योग चिकित्सा

मैप किया गया: HSS/N4004

टर्मिनल परिणाम:

- प्रसूति एवं स्त्री रोग संबंधी विकारों में आसन और प्राणायाम की सही तकनीक का प्रदर्शन करना।
- प्रतिभागियों को विभिन्न आसन, मुद्राएं और ध्यान करने का निर्देश दें

अवधि: 05:00	अवधि: 05:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम

• प्रसूति एवं स्त्री रोग देखभाल के महत्व पर चर्चा करें। • मासिक धर्म विकार (मासिक धर्म ऐंठन, कष्टार्तव, पूर्व-मासिक धर्म सिंड्रोम), पॉलीसिस्टिक डिम्बग्रंथि सिंड्रोम (पीसीओएस / पीसीओडी), प्री-एक्लेमप्सिया या गर्भावस्था प्रेरित उच्च रक्तचाप (पीआईएच) आदि जैसे विभिन्न विकारों का वर्णन करें। • रोग की स्थिति से संबंधित नुस्खों, आदेशों/सहमति प्रपत्रों, नैदानिक विवरण आदि के मूल्यांकन के महत्व को समझाएं • प्रसूति एवं स्त्री रोग संबंधी देखभाल के लिए चिकित्सीय योग के लिए रोगियों के लिए क्या करें और क्या न करें की सूची बनाएं। • आसन, प्राणायाम के महत्व पर चर्चा करें। • सेतु बंध आसन, शवासन, कल्पलभाति, ताड़सा बालासन, नाड़ी शोधन प्राणायाम, शीतकारी प्राणायाम आदि का वर्णन करें।	• ध्यान और प्राणायाम के साथ-साथ आरामदायक योग आसनों का प्रदर्शन करें। • सेतु बंध आसन, शवासन, कल्पलभाति, ताड़सा बालासन, नाड़ी शोधन प्राणायाम, शीतकारी प्राणायाम आदि का प्रदर्शन करें। • भाग लेने के लिए आरामदायक स्थिति का प्रदर्शन करें।
कक्षा सहायक सामग्री:	
चाटे, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लैप चाटे, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर, योग ई-मॉड्यूल	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ	
शारीरिक प्रणालियों पर चाटे और पोस्टर, ए.वी. एड्स, महत्वपूर्ण अंगों का आकलन करने वाले उपकरण; स्थोस्कोप, मानव शरीर की संरचना और कार्य, पुरुषों और महिलाओं के लिए योग पोशाक	

मॉड्यूल 15: प्रशामक देखभाल में योग चिकित्सा

मैप किया गया: HSS/N4004

टर्मिनल परिणाम:

- आसन और प्राणायाम की सही तकनीक का प्रदर्शन करें।
- प्रतिभागियों के लिए उपशामक देखभाल के रूप में योग सत्र का आयोजन और प्रदर्शन करना।
- प्रतिभागियों को विभिन्न आसन, मुद्राएं और ध्यान करने का निर्देश दें

अवधि: 05:00

अवधि: 05:00

सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम
- उपशामक देखभाल के महत्व पर चर्चा करें - उन रोगियों के मनोविज्ञान का वर्णन करें जिन्हें उपशामक देखभाल की आवश्यकता है - रोग की स्थिति से संबंधित नुस्खे, आदेश/सहमति प्रपत्र, नैदानिक विवरण आदि के मूल्यांकन के महत्व को समझाएं - रोगी के महत्वपूर्ण अंगों की जांच करें और रिकॉर्ड करें - विश्राम आसन और योग निद्रा के महत्व पर चर्चा करें, योगआसन: नियमित श्वास तकनीक (प्राणायाम): डायाफ्रामिक श्वास, गहरी योगिक श्वास, मुद्राएं: संतुलन, शांत मुद्रा, आंतरिक जागरूकता योग निद्रा (सचेत, गतिशील, योगिक नींद), नाद योग (मंत्र जपना या गाना) - चिकित्सीय योग के संबंध में उपशामक देखभाल रोगियों के लिए क्या करें और क्या न करें की सूची बनाएं - प्रशामक देखभाल रोगियों से संबंधित आहार (आहार) के बारे में चर्चा करें - मानव शरीर से विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालने में आसनों के महत्व पर चर्चा करें - तनाव और चिंता को कम करने में योग के महत्व को समझाएं	- ध्यान और प्राणायाम के साथ-साथ आरामदायक योग आसनों का प्रदर्शन करें। - भाग लेने के लिए आरामदायक स्थिति का प्रदर्शन करें। - विश्राम मुद्राओं और योग निद्रा की प्रक्रिया और महत्व का प्रदर्शन, योग मुद्राएं (आसन): विनियमित श्वास तकनीक (प्राणायाम): डायाफ्रामिक श्वास, गहरी योगिक श्वास, इशारे (मुद्रा): संतुलन, शांत मुद्रा, आंतरिक जागरूकता योग निद्रा (सचेत, गतिशील, योगिक नींद), नाद योग (मंत्र जप या गायन)।
कक्षा सहायक सामग्री:	
चाट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लैप चाट, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर, योग ई-मॉड्यूल	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएं	
शरीर प्रणालियों पर चाट और पोस्टर, ए.वी. एड्स, महत्वपूर्ण मूल्यांकन उपकरण: स्फेग्रोमैनोमीटर, थर्मोमीटर, पल्स ऑक्सीमीटर (उंगली), स्टेथोस्कोप, मानव शरीर संरचना और कार्य, पुरुष और महिला के लिए योग पोशाक	

मॉड्यूल 16: इन्वेंटरी नियंत्रण

मैप किया गया: HSS/N4004

टर्मिनल परिणाम:

- इन्वेंट्री या स्टॉक बनाए रखने की तकनीक का प्रदर्शन करें
- इन्वेंट्री रजिस्टर और चेकलिस्ट बनाए रखें
- वस्तुओं और इन्वेंट्री के किसी भी नुकसान की रिपोर्ट करें

अवधि: 10:00

अवधि: 05:00

सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम
- स्टॉक बनाए रखने का महत्व समझाएँ - संगठनात्मक नीति के अनुसार वस्तुओं या उपभोग्य सामग्रियों के किसी भी नुकसान की रिपोर्ट करें। - इन्वेंट्री पुनःपूर्ति और वितरण प्रणालियों पर चर्चा करें। - इन्वेंट्री नियंत्रण दिशानिर्देशों का अनुपालन न करने वाले स्टॉक की पहचान, रिकॉर्डिंग और हटाने के महत्व को समझें। - उन पुनः प्रसंस्करण या स्टॉक त्याग प्रक्रियाओं के बारे में बताएं जो इन्वेंट्री नियंत्रण दिशानिर्देशों का अनुपालन नहीं करती हैं।	- इन्वेंट्री नियंत्रण और प्रबंधन के महत्व पर एक चार्ट तैयार करें - एक भूमिका-नाटक में प्रदर्शित करें कि इन्वेंट्री कैसे बनाए रखें।
कक्षा सहायक सामग्री:	
चाट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लैप चाट, व्हाइटबोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर।	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ	
इन्वेंटरी रजिस्टर, नमूना इन्वेंटरी सूचियाँ, इन्वेंटरी विभाजक	

मॉड्यूल 17: चिकित्सीय संचार कौशल

मैप किया गया: HSS/N4004

टर्मिनल परिणाम:

- सहकर्मियों के साथ प्रभावी ढंग से संवाद करें।
- समय पर असाइनमेंट पूरा करने के लिए काम को व्यवस्थित करें और प्राथमिकता दें।
- विवादों से निपटते समय संगठनात्मक आचार संहिता का पालन करें।

अवधि: 10:00	अवधि: 05:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम
- मरीजों, रिश्तेदारों और सहकर्मियों के साथ प्रभावी संचार के महत्व पर चर्चा करें। - रोगी की जानकारी से संबंधित गोपनीयता और निजता प्रथाओं पर चर्चा करें। - टीमवर्क के महत्व पर चर्चा करें। - आचार संहिता और कार्य के दायरे को बनाए रखने के लिए संगठन के नियमों और नीतियों का पालन करने के महत्व पर चर्चा करें। - लिंग-तटस्थ व्यवहार और दिव्यांगजनों के प्रति संवेदनशीलता बनाए रखने के लिए विभिन्न संचार शैलियों पर चर्चा करें।	- प्रभावी संचार सुनिश्चित करने के लिए तकनीकी शब्दों के उपयोग का प्रदर्शन करें। - दैनिक गतिविधियों के दौरान समय प्रबंधन कौशल लागू करें। - जानकारी का उपयोग करके रिपोर्ट तैयार करें अवलोकन, अनुभव से एकत्रित, तर्क, या संचार.
कक्षा सहायक सामग्री:	
चाट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लैप चाट, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ	
टीमवर्क, समूह गतिशीलता/भूमिका निभाने पर केस अध्ययन और प्रदर्शनात्मक वीडियो	

मॉड्यूल 18: रिपोर्टिंग और दस्तावेज़ीकरण

मैप किया गया: HSS/N4004

टर्मिनल परिणाम:

- डाटाबेस और अभिलेखों के भंडारण, प्रतिधारण और पुनर्प्राप्ति के तकनीकी कौशल का प्रदर्शन करना।
- अभिलेखों की गोपनीयता बनाए रखें

अवधि: 10:00	अवधि: 05:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम
- रिपोर्टिंग और दस्तावेजीकरण में योग थेरेपी सहायक के लिए अभ्यास का दायरा परिभाषित करें - रिपोर्टिंग मैट्रिक्स की विधि को परिभाषित करें और चर्चा करें। - अभिलेखों के रखरखाव का महत्व समझाइए। - योग थेरेपी सहायक द्वारा बनाए जाने वाले विभिन्न प्रकार के अभिलेखों के बारे में बताएं - विभिन्न अभिलेखों के आवश्यक घटकों और उनके दस्तावेजीकरण और पुनर्प्राप्ति की विधि का प्रदर्शन - विभिन्न अभिलेखों के आवश्यक घटकों और उनके दस्तावेजीकरण और पुनर्प्राप्ति की विधि की व्याख्या करें - योग से संबंधित संक्षिप्ताक्षरों और प्रतीकों की व्याख्या करें	- रोल प्ले में मानक दिशा-निर्देशों के अनुसार विभिन्न रूपों और प्रारूपों में डेटा दर्ज करें। - ग्राहक की प्रक्रिया-संबंधी जानकारी रिकॉर्ड करने के लिए दस्तावेजों का एक नमूना सेट बनाएं।
कक्षा सहायक सामग्री:	
चाट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लैप चाट, व्हाइटबोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर।	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएं	
रिपोर्ट और अस्पताल दस्तावेजों के नमूना प्रारूप, सहमाते के विभिन्न रूप	

मॉड्यूल 19: कार्यस्थल पर सुरक्षा और आपातकालीन प्रतिक्रिया

मैप किया गया: HSS/N9617

टर्मिनल परिणाम

- संस्थागत आपातस्थितियों का सुरक्षित एवं उचित तरीके से जवाब दें।

अवधि: 30:00	अवधि: 30:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम
- व्यक्तिगत सुरक्षा के लिए बरती जाने वाली सावधानियों की सूची बनाएं। - सुरक्षात्मक उपकरणों जैसे अवरोधों और सुरक्षा उपकरणों के उपयोग के बारे में बताएं। - अस्पताल के आपातकालीन कोड की सूची बनाएं। - आग की आपातस्थिति और बिजली के उपकरणों के सुरक्षित उपयोग के बारे में बताएं - संस्थागत आपात स्थितियों से निपटने के लिए आपदा प्रबंधन तकनीकों की व्याख्या करें। - स्वास्थ्य देखभाल सेटिंग में होने वाली सामान्य आपात स्थितियों की सूची बनाएं। - प्राथमिक चिकित्सा किट और उसके घटकों तथा उसकी प्रयोज्यता के बारे में बताएं - पीड़ितों को प्राथमिक चिकित्सा प्रदान करते समय मानक प्रोटोकॉल पर चर्चा करें - प्राथमिक चिकित्सा देखभाल प्रदान करते समय पालन किए जाने वाले विभिन्न कार्य और न किए जाने वाले कार्यों की सूची बनाएं	- संस्थागत आपातकाल को दर्शाते हुए एक मॉक ड्रिल में अस्पताल आपातकालीन कोड और बुनियादी आपातकालीन प्रतिक्रिया के उपयोग का प्रदर्शन करें। - योग सत्र में सामान्य आपातकालीन स्थितियों और उसके संदर्भ तंत्र को दर्शाने वाला एक चार्ट बनाएं
कक्षा सहायक सामग्री:	
चार्ट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लैप चार्ट, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, माकेर, डस्टर	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएं	
क्रैश कार्ट टॉली, प्राथमिक चिकित्सा बॉक्स, सीपीआर मैनिकिन, मास्क वयस्क के साथ अम्बू बैग, टॉर्च, शारीरिक प्रतिबंध, अग्निशामक	

मॉड्यूल 20: संक्रमण नियंत्रण नीतियां और प्रक्रियाएं

मैप किया गया: HSS/N9618

टर्मिनल परिणाम

- आत्म-स्वच्छता की तकनीकें विकसित करें।
- दैनिक गतिविधियों के दौरान संक्रमण नियंत्रण नीतियों और प्रक्रियाओं को लागू करें।

अवधि: 03:00	अवधि: 03:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम
• स्वस्थ जीवन की अवधारणा को समझाएं। • संक्रमण नियंत्रण एवं रोकथाम के महत्व का वर्णन करें। • रोगजनक जीवों के संचरण को रोकने के लिए रणनीतियों की सूची बनाएं। • नोसोकोमियल संक्रमण या अस्पताल से प्राप्त संक्रमण का वर्णन करें। • घटना रिपोर्टिंग के महत्व को समझाएं। • महामारियों और उसके दौरान बरती जाने वाली विशेष सावधानियों के बारे में संक्षेप में चर्चा करें। • टीकाकरण की अवधारणा को समझाएं। • स्वास्थ्य देखभाल-व्यवस्थाओं में प्रयुक्त हाथ-स्वच्छता संबंधी दिशा-निर्देशों और प्रक्रियाओं का वर्णन करें। • व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (पीपीई) के उपयोग के महत्व को समझाएं। • पीपीई के प्रकारों की सूची बनाएं। • प्रत्येक पी.पी.ई. को पहनने और उतारने की प्रक्रिया का वर्णन करें। • सामान्य संक्रामक रोगों के विरुद्ध विभिन्न टीकाकरणों के बारे में बताएं।	• रिसाव प्रबंधन के चरणों का प्रदर्शन करें। • हाथ स्वच्छता की प्रक्रियाओं का प्रदर्शन करें। • पीपीई पहनने, उतारने और हटाने का प्रदर्शन करें
कक्षा सहायक सामग्री:	
चाट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लैप चाट, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएं	
हाइपोक्लोराइट घोल, क्लोरहेक्सिडिन, अल्कोहल स्वेब, एप्रन, लैब कोट, दस्ताने, मास्क, टोपी, जूते, सुरक्षा चश्मा और चश्मे, तौलिए, रूई, आइसोप्रोपिल अल्कोहल, डिस्पोजेबल कार्ट्रिज और सीरिज, स्पिल किट	

मॉड्यूल 21: जैव चिकित्सा अपशिष्ट प्रबंधन

मैप किया गया: HSS/N9618

- विभिन्न प्रकार के जैव-चिकित्सा अपशिष्टों का निपटान उचित रंग-कोडित डिब्बों/कंटेनरों में करें।
- दैनिक गतिविधियों के दौरान जैव-चिकित्सा अपशिष्ट निपटान प्रणाली के स्थानीय दिशानिर्देशों को लागू करें।

अवधि: 02:00	अवधि: 02:00
सिद्धांत – मुख्य शिक्षण पारेणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण पारेणाम
• जैव-चिकित्सा अपशिष्ट के विभिन्न प्रकारों को वर्गीकृत करें। • जैव-चिकित्सा अपशिष्ट के उचित एवं सुरक्षित निपटान, परिवहन एवं उपचार के महत्व एवं तंत्र की व्याख्या करें। • जैव-चिकित्सा अपशिष्ट के निपटान के लिए प्रयुक्त विभिन्न प्रकार के रंग-कोडित डिब्बों/कंटेनरों की पहचान करें। • जैव-चिकित्सा अपशिष्ट निपटान के स्थानीय दिशानिर्देशों का पालन करने के महत्व को समझाएं।	• स्थानीय दिशानिर्देशों को लागू करते हुए जैव-चिकित्सा अपशिष्ट को अलग करें। • जैव-चिकित्सा अपशिष्ट के विभिन्न प्रकारों तथा जैव-चिकित्सा अपशिष्ट के निपटान के लिए प्रयुक्त विभिन्न प्रकार के रंग-कोडित डिब्बों/कंटेनरों को दर्शाने वाला एक चार्ट बनाएं।
कक्षा सहायक सामग्री:	
चार्ट, मॉडल, वीडियो प्रस्तुति, फ्लैप चार्ट, व्हाइट-बोर्ड/स्मार्ट बोर्ड, मार्कर, डस्टर	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएं	
विभिन्न कोडित रंग डिब्बे, डिब्बों के रंग कोडिंग के लिए चार्ट क्षेत्र कार्य के लिए जैव-चिकित्सा अपशिष्ट उपचार संयंत्र का दौरा	

मॉड्यूल 22: रोजगार कौशल (30 घंटे)

DGT/VSQ/N0101 से मैप किया गया: रोजगार कौशल (30 घंटे)

अनिवार्य अवधि: 30:00

स्थान: ऑन-साइट

एस. एन. ओ.	मोड्यूल का नाम	मुख्य शिक्षण परिणाम	अवधि (घंटे)
1.	रोजगार कौशल का परिचय	- विभिन्न उद्योगों में नौकरियों के लिए आवश्यक रोजगार कौशल पर चर्चा करें। - विभिन्न शिक्षण एवं रोजगारपरकता से संबंधित भारत सरकार एवं निजी पोर्टलों तथा उनके उपयोग की सूची बनाएं।	1.5
2.	संवैधानिक मूल्य - नागरिकता	- संवैधानिक मूल्यों की व्याख्या करें, जिसमें नागरिक अधिकार और कर्तव्य, नागरिकता, समाज के प्रति जिम्मेदारी और व्यक्तिगत मूल्य और नैतिकता जैसे ईमानदारी, निष्ठा, दूसरों की देखभाल और सम्मान शामिल हैं, जो एक जिम्मेदार नागरिक बनने के लिए आवश्यक हैं। - दिखाएँ कि विभिन्न पर्यावरणीय रूप से टिकाऊ प्रथाओं का अभ्यास कैसे किया जाए।	1.5
3.	21वीं सदी में पेशेवर बनना	- प्रासंगिक 21वीं सदी के कौशल के महत्व पर चर्चा करें। - व्यक्तिगत या व्यावसायिक जीवन में आत्म-जागरूकता, व्यवहार कौशल, समय प्रबंधन, आलोचनात्मक और अनुकूली सोच, समस्या समाधान, रचनात्मक सोच, सामाजिक और सांस्कृतिक जागरूकता, भावनात्मक जागरूकता, सीखने के लिए सीखना आदि जैसे 21वीं सदी के कौशल प्रदर्शित करें। - निरंतर सीखने के लाभों का वर्णन करें।	2.5
4.	बुनियादी अंग्रेजी कौशल	- दिखाएँ कि दैनिक जीवन में बुनियादी अंग्रेजी वाक्यों का उपयोग कैसे करें। विभिन्न संदर्भों में, व्यक्तिगत रूप से और टेलीफोन पर बातचीत। - बुनियादी अंग्रेजी में लिखे गए पाठ को पढ़ें और समझें - बुनियादी अंग्रेजी का उपयोग करते हुए एक संक्षिप्त नोट/पैराग्राफ/पत्र/ई-मेल लिखें।	10
5.	कैरियर विकास & लक्ष्य की स्थापना	अच्छी तरह से परिभाषित अल्पकालिक और दीर्घकालिक लक्ष्यों के साथ एक कैरियर विकास योजना बनाएं।	2
6.	संचार कौशल	- मौखिक और अशाब्दिक संचार शिष्टाचार का उपयोग करके प्रभावी ढंग से संवाद करने का तरीका प्रदर्शित करें। - प्रभावी संचार के लिए सक्रिय श्रवण के महत्व को समझाइए। - एक टीम में दूसरों के साथ मिलकर काम करने के महत्व पर	5

		चर्चा करें।	
7.	विविधता और समावेश	- सभी लिंगों और दिव्यांगों के साथ उचित तरीके से व्यवहार, संवाद और आचरण कैसे किया जाए, इसका प्रदर्शन करें। - POSH अधिनियम के अनुसार बढ़ते यौन उत्पीड़न के मुद्दों के महत्व पर चर्चा करें।	2.5
8.	वित्तीय और कानूनी साक्षरता	- सही वित्तीय संस्थान, उत्पाद और सेवा का चयन करने के महत्व को रेखांकित करें। - सुरक्षित तरीके से ऑफलाइन और ऑनलाइन वित्तीय लेनदेन करने का तरीका प्रदर्शित करें। - वेतन के सामान्य घटकों की सूची बनाएं और आय, व्यय, कर, निवेश आदि की गणना करें। - कानूनी अधिकारों, कानूनों और सहायता पर चर्चा करें।	5
9.	आवश्यक डिजिटल कौशल	- आज के जीवन में डिजिटल प्रौद्योगिकी की भूमिका का वर्णन करें। - डिजिटल उपकरणों को संचालित करने और उनका उपयोग करने का तरीका प्रदर्शित करें	10
		संबंधित अनुप्रयोगों और सुविधाओं का सुरक्षित और संरक्षित तरीके से उपयोग करें। - ब्राउज़िंग, विभिन्न सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म, ई-मेल आदि का सुरक्षित और संरक्षित तरीके से उपयोग करते समय जिम्मेदार ऑनलाइन व्यवहार प्रदर्शित करने के महत्व पर चर्चा करें। - बुनियादी सुविधाओं का उपयोग करके नमूना वर्ड दस्तावेज़, एक्सेल शीट और प्रस्तुतियाँ बनाएं। - प्रभावी ढंग से काम करने के लिए आभासी सहयोग उपकरणों का उपयोग करें।	
10.	उद्यमशीलता	- उद्यमिता एवं उद्यम के प्रकारों की व्याख्या करें। - संभावित व्यवसाय के लिए अवसरों की पहचान कैसे करें, वित्तपोषण के स्रोतों तथा इससे संबंधित वित्तीय और कानूनी जोखिमों को कम करने की योजना के साथ कैसे जोड़ा जाए, इस पर चर्चा करें। - विपणन के 4P - उत्पाद, मूल्य, स्थान और प्रचार का वर्णन करें तथा आवश्यकतानुसार उनका प्रयोग करें। - चयनित व्यावसायिक अवसर के लिए एक नमूना व्यवसाय योजना बनाएं।	7
11	ग्राहक सेवा	- ग्राहकों के विभिन्न प्रकारों और आवश्यकताओं के विश्लेषण के महत्व का वर्णन करें। - ग्राहकों की आवश्यकताओं को पहचानने और उन्हें पेशेवर तरीके से जवाब देने के महत्व को समझाएं। - स्वच्छता बनाए रखने और उचित ढंग से कपड़े पहनने के महत्व पर चर्चा करें।	5

12	प्रशिक्षित और नौकरियों के लिए तैयारी	• एक व्यावसायिक पाठ्यक्रम (सी.वी.) बनाएं। • विभिन्न ऑफलाइन और ऑनलाइन नौकरी खोज स्रोतों जैसे कि रोजगार कार्यालय, भर्ती एजेंसियां और नौकरी पोर्टल का उपयोग करें। • साक्षात्कार के दौरान स्वच्छता और आत्मविश्वास बनाए रखने के महत्व पर चर्चा करें। • एक नकली साक्षात्कार करें। • प्रशिक्षित अवसरों की खोज और पंजीकरण के लिए चरणों की सूची बनाएं।	8
----	--------------------------------------	---	---

**रोजगार के लिए उपकरणों और उपकरणों की सूची
कोशल**

क्र. सं.	उपकरण का नाम	मात्रा
1.	नवीनतम कॉन्फिगरेशन वाला कंप्यूटर (पीसी) - और मानक ऑपरेटिंग सिस्टम और मानक वर्ड प्रोसेसर और वर्कशीट सॉफ्टवेयर के साथ इंटरनेट कनेक्शन (लाइसेंस प्राप्त) (सभी सॉफ्टवेयर या तो नवीनतम संस्करण या उससे नीचे का एक/दो संस्करण होना चाहिए)	आवश्यकता अनुसार
2.	ऊपर	आवश्यकता अनुसार
3.	स्कैनर सह प्रिंटर	आवश्यकता अनुसार
4.	कंप्यूटर टेबल	आवश्यकता अनुसार
5.	कंप्यूटर कुर्सियां	आवश्यकता अनुसार
6.	एलसीडी प्रोजेक्टर	आवश्यकता अनुसार
7.	व्हाइट बोर्ड 1200मिमी x 900मिमी	आवश्यकता अनुसार

नोट: यदि संस्थान में कंप्यूटर लैब उपलब्ध है तो उपरोक्त उपकरण एवं साजो-सामान की आवश्यकता नहीं है।

अनिवार्य अवाधः:150	अनुशासित अवाधः:
मॉड्यूल का नाम: ऑन-द-जॉब प्राशिक्षण	
स्थानः साइट पर	
टर्मिनल परिणाम	
- चिकित्सीय योग की सम्पूर्ण अवधारणा, इसकी विधि एवं प्रकार, विभिन्न रोग स्थितियों पर इसके उपयोग आदि के बारे में बताएं। - स्वास्थ्य को बनाए रखने तथा मधुमेह, उपशामक देखभाल जैसी बीमारियों में योग के उपयोग पर चर्चा करें। - विभिन्न योग मुद्राओं की पहचान करें और प्रत्येक योग सत्र के लिए उचित आसन का तरीका जानें। - विभिन्न योग आसनों का प्रदर्शन करें। - सामग्री का प्रबंधन करते समय सड़नरोधी तकनीकों का पालन करें। - योग की प्रक्रिया को पूरा करने में अपनी भूमिका की पहचान करना। - सहकर्मियों और मरीजों को संक्षिप्त और सटीक जानकारी दें। - मजबूत पारस्परिक कौशल, भावनात्मक बुद्धिमत्ता और आत्म-जागरूकता का प्रदर्शन करें।	

अनुलग्नक

प्रशिक्षक की आवश्यकताएं

प्रशिक्षक पूर्वपेक्षाएँ						
न्यूनतम शैक्षिक योग्यता	विशेषज्ञता	प्रासंगिक उद्योग अनुभव		प्रशिक्षण अनुभव		टिप्पणी
		साल	विशेषज्ञता	साल	विशेषज्ञता	
पोस्ट ग्रेजुएशन	योग	2				
स्नातक किसी भी धारा में	योग में प्रमाण पत्र/डिप्लोमा के साथ	3				
डिप्लोमा	योग में	4				

प्रशिक्षक प्रमाणन	
डोमेन प्रमाणन	प्लेटफॉर्म प्रमाणन
नौकरी की भूमिका के लिए प्रमाणित: "योग थेरेपी सहायक" QP पर मैप किया गया: "HSS/Q4001 v4.0" के साथ न्यूनतम अंक 80%.	यह अनुशासित है कि प्रशिक्षक नौकरों को भूमिका के लिए प्रमाणित हो: "प्रशिक्षक (VET और कौशल)", योग्यता पैक से मैप किया गया: "MEP/Q2601, v2.0" न्यूनतम 80% स्कोर के साथ।

आंकलन करनेवाला आवश्यकताएं

मूल्यांकनकर्ता पूर्वपेक्षाएँ						
न्यूनतम शैक्षणिक योग्यता	विशेषज्ञता	प्रासंगिक उद्योग अनुभव		प्रशिक्षण/मूल्यांकन अनुभव		टिप्पणी
		साल	विशेषज्ञता	साल	विशेषज्ञता	
पोस्ट ग्रेजुएशन	योग	3				
स्नातक किसी भी धारा में	योग में प्रमाण पत्र/डिप्लोमा के साथ	4				
डिप्लोमा	योग में	5				

मूल्यांकनकर्ता प्रमाणन	
डोमेन प्रमाणन	प्लेटफॉर्म प्रमाणन
नौकरी की भूमिका के लिए प्रमाणित: "योग थेरेपी सहायक" QP पर मैप किया गया: "HSS/Q4001v4.0" के साथ न्यूनतम अंक 80%.	यह अनुशासित है कि मूल्यांकनकर्ता नौकरों को भूमिका के लिए प्रमाणित हो: "मूल्यांकनकर्ता (VET और कौशल)", योग्यता पैक से मैप किया गया: "MEP/Q2701, v2.0" न्यूनतम 80% स्कोर के साथ।

मूल्यांकन रणनीति

इसमें 'करके सीखने' और प्रदर्शन मानदंडों के आधार पर कौशल और ज्ञान के व्यावहारिक प्रदर्शन पर जोर दिया जाता है। तदनुसार, प्रत्येक नौकरी की भूमिका के लिए मूल्यांकन मानदंड निर्धारित किए जाते हैं और योग्यता पैक में उपलब्ध कराए जाते हैं।

सैद्धांतिक और व्यावहारिक दोनों के लिए मूल्यांकन पत्र विषय वस्तु विशेषज्ञों (एसएमई) द्वारा विकसित किए जाएंगे। मूल्यांकन पत्रों की गुणवत्ता, लगने वाला समय, सटीकता, उपकरण और उपकरणों की आवश्यकता आदि जैसे विभिन्न परिणाम-आधारित मापदंडों के लिए भी जाँच की जाएगी।

योग्यता पैक (क्यूपी) में प्रत्येक एनओएस को एनओएस की गंभीरता के आधार पर मूल्यांकन के लिए एक सापेक्ष भार दिया जाता है। इसमें एनओएस में प्रत्येक तत्व/प्रदर्शन मानदंड को सापेक्ष महत्व, कार्य की गंभीरता और प्रशिक्षण बुनियादी ढाँचे पर अंक दिए जाते हैं।

अंतिम मूल्यांकन के लिए निम्नलिखित उपकरणों का उपयोग किया जाएगा:

1. व्यावहारिक मूल्यांकन: इसमें कौशल प्रयोगशाला में कृत्रिम वातावरण का निर्माण शामिल है, जो योग्यता पैक के लिए आवश्यक सभी उपकरणों से सुसज्जित है।

उम्मीदवार के सॉफ्ट स्किल्स, संचार, योग्यता, सुरक्षा चेतना, गुणवत्ता चेतना आदि का निरीक्षण करके पता लगाया जाता है और निरीक्षण चेकलिस्ट में अंकित किया जाता है। परिणाम को उनके कौशल उपलब्धियों के स्तर को मापने के लिए निर्दिष्ट आयामों और मानकों के विरुद्ध मापा जाता है।

2. मौखिक/संरचित साक्षात्कार: इस उपकरण का उपयोग नौकरी की भूमिका और हाथ में मौजूद विशिष्ट कार्य के संबंध में वैचारिक समझ और व्यवहारिक पहलुओं का आकलन करने के लिए किया जाता है। इसमें सुरक्षा, गुणवत्ता, पर्यावरण और उपकरण आदि पर प्रश्न भी शामिल हैं।

3. लिखित परीक्षा: प्रश्न पत्र में 100 MCQ (कठिन: 40, मध्यम: 30 और आसान: 30) शामिल हैं, जिनमें प्रत्येक NOS के प्रत्येक तत्व से प्रश्न हैं। लिखित मूल्यांकन पत्र में निम्न प्रकार के प्रश्न शामिल हैं:

- i. सत्य / असत्य कथन
- ii. बहु विकल्पीय प्रश्न
- iii. मिलान प्रकार के प्रश्न.
- iv. रिक्त स्थान भरें.
- v. परिदृश्य आधारित प्रश्न.
- vi. पहचान संबंधी प्रश्न

मूल्यांकनकर्ताओं के संबंध में QA:

मूल्यांकनकर्ताओं का चयन प्रत्येक कार्य भूमिका के मूल्यांकन के लिए HSSC द्वारा निर्धारित "पात्रता मानदंड" के अनुसार किया जाता है। मूल्यांकन एजेंसियों द्वारा चुने गए मूल्यांकनकर्ताओं की जांच की जाती है और उन्हें HSSC मूल्यांकन ढाँचे, योग्यता आधारित मूल्यांकन, मूल्यांकनकर्ता गाइड आदि से परिचित कराया जाता है। HSSC प्रत्येक कार्य भूमिका के लिए समय-समय पर "मूल्यांकनकर्ताओं का प्रशिक्षण" कार्यक्रम आयोजित करता है और मूल्यांकन प्रक्रिया और रणनीति के बारे में मूल्यांकनकर्ताओं को संवेदनशील बनाता है, जो निम्नलिखित अनिवार्य मापदंडों पर उल्लिखित है:

- 1) एनएसक्यूएफ के संबंध में मार्गदर्शन
- 2) योग्यता पैक संरचना
- 3) सिद्धांत, व्यावहारिक और मौखिक मूल्यांकन करने के लिए मूल्यांकनकर्ता के लिए मार्गदर्शन
- 4) मूल्यांकन शुरू होने से पहले मूल्यांकनकर्ता द्वारा प्रशिक्षुओं को मार्गदर्शन दिया जाएगा।
- 5) मूल्यांकन प्रक्रिया पर मार्गदर्शन, संचालन के चरणों के साथ व्यावहारिक संक्षिप्त विवरण, व्यावहारिक अवलोकन चेकलिस्ट और अंक पत्र
- 6) पूरे बैच में एकरूपता और स्थिरता के लिए मौखिक मार्गदर्शन।
- 7) नकली मूल्यांकन
- 8) नमूना प्रश्न पत्र और व्यावहारिक प्रदर्शन

शब्दकोष

क्षेत्र	सेक्टर अलग-अलग व्यावसायिक संचालनों का समूह है, जिनके व्यवसाय और हित समान होते हैं। इसे अर्थव्यवस्था के एक अलग उपसमूह के रूप में भी परिभाषित किया जा सकता है, जिसके घटक समान लाभ साझा करते हैं। विशेषताएँ और रुचियाँ।
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 किसी उद्योग में समान/संबंधित कार्य करते हैं।
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।
विकछासन	वृक्षासन या ट्री पोज़ एक संतुलन आसन है। यह मध्ययुगीन हठ योग में बहुत कम खड़े आसनों में से एक है और आधुनिक योग में व्यायाम के रूप में लोकप्रिय बना हुआ है।
त्रिकोणासन	त्रिकोणासन त्रिभुज मुद्रा या त्रिभुज मुद्रा आधुनिक योग में व्यायाम के रूप में किया जाने वाला एक खड़ा आसन है।
अनुलोम प्राणायाम	अनुलोम प्राणायाम हठ योग में प्रयुक्त होने वाले कई प्राणायामों या श्वास व्यायामों में से एक है।
विलोम प्राणायाम	विलोम प्राणायाम एक प्राणायाम श्वास तकनीक है जिसमें सांस लेना और छोड़ना एक सतत प्रक्रिया नहीं है, बल्कि एक ऐसी प्रक्रिया है जो निरंतर चलती रहती है। कई विरामों से बाधित।
नवासन	नाव आसन (नवासना) योग जगत में कोर ताकत के बारे में बात करने और क्रंचेस और लेग लिफ्ट्स पर नए बदलावों के लिए पिलेट्स में डुबकी लगाने से बहुत पहले से मौजूद था।
बंध	हठ योग में बंध एक "शरीर का ताला" है, जो एक तरह की मुद्रा है। महाबंध ("महान ताला") अन्य सभी तीन बंधों को जोड़ता है।
मुद्राएं	योग मुद्राएं मूलतः सरल हस्त मुद्राएं हैं जो शरीर के भीतर ऊर्जा के प्रवाह को सक्रिय करती हैं।

परिवर्णी शब्द और संक्षिप्तीकरण

ओपन स्कूल	राष्ट्रीय व्यावसायिक मानक
एनएसक्यूएफ	राष्ट्रीय कौशल योग्यता ढांचा
क्यूपी	योग्यता पैक
सीवाईपी	सामान्य योग प्रोटोकॉल
पीपीई	व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण
शराबी	मानक संचालन प्रक्रिया
सीपीआर	हृत्फुफ्फुसीय पुनर्जीवन

