



मॉडल पाठ्यक्रम

क्यूपी नाम: योग प्रशिक्षण - कनिष्ठ सहायक

योग प्रशिक्षण - कनिष्ठ सहायक

क्यूपी कोड: ईडीयू/क्यू1201

क्यूपी संस्करण: 1.0

एनएसक्यूएफ स्तर: 2.5

मॉडल पाठ्यचर्या संस्करण: 1.0

महर्षि सांदीपनि राष्ट्रीय वेदविद्या प्रतिष्ठान, उज्जैन
वेदविद्या मार्ग, चिंतामण गणेश, पो: जवासिया, उज्जैन - 456006

शिक्षा मंत्रालय



अंतर्वस्तु

प्रशिक्षण पैरामीटर	3
कार्यक्रम अवलोकन	4
प्रशिक्षण परिणाम	4
Compulsory Modules	4
Module 1: Introduction to Skill India Mission and the role of Yoga Prashikshan Kanishtha Sahayak.....	6
Module 2: Origin and history of yoga.....	7
Module 3: Different branches of Yoga.....	8
Module 4: Yoga and Health	9
Module 5: Bhagwad Geeta	10
Module 6: Different yogic practises (sukshma vyayama, suryanamaskar, yogasanas	11
Module 7: Introduction to Pranayama and Shatkarmas	12
मॉड्यूल 8: आहार एवं पोषण (योग एवं आयुर्वेद के संदर्भ में)	12
मॉड्यूल 9: ध्यान एवं वैदिक मन्त्र चिकित्सा (शिवसंकल्प सूक्त आदि	12)
मॉड्यूल 10: रोजगार कौशल (30 घंटे)	13
अनुलग्नक	17
प्रशिक्षक आवश्यकताएँ	17
मूल्यांकनकर्ता आवश्यकताएँ	18
मूल्यांकन रणनीति	19
शब्दावली	21
संक्षिप्त और संक्षिप्तीकरण	22



प्रशिक्षण पैरामीटर

क्षेत्र	शिक्षा
उप-क्षेत्र	शिक्षा, प्रशिक्षण और अनुसंधान
पेशा	योग प्रशिक्षण - कनिष्ठ सहायक
देश	भारत
एनएसक्यूएफ स्तर	2.5
एनसीओ/आईएससीओ/आईएसआईसी कोड के अनुरूप	एनसीओ -
न्यूनतम शैक्षिक योग्यता और अनुभव	<ul style="list-style-type: none">● 8^{वीं} कक्षा उत्तीर्ण और निरंतर शिक्षारत।● 8^{वीं} कक्षा उत्तीर्ण तथा 1 वर्ष का अनुभव।● 9^{वीं} कक्षा पास.● योग का बुनियादी ज्ञान और पढ़ने-लिखने में दक्षता, संबंधित क्षेत्र में पांच वर्ष का अनुभव और न्यूनतम आयु 15 वर्ष।
पूर्व-आवश्यक लाइसेंस या प्रशिक्षण	ना
नौकरी में प्रवेश की न्यूनतम आयु	15
अंतिम बार समीक्षित	23/06/2023
अगली समीक्षा तिथि	23/06/2026
एनएसक्यूसी अनुमोदन तिथि	23/06/2023
क्यूपी संस्करण	1.0
मॉडल पाठ्यक्रम निर्माण तिथि	23/06/2023
मॉडल पाठ्यक्रम वैध और अद्यतन	23/06/2026
मॉडल पाठ्यक्रम संस्करण	1.0
पाठ्यक्रम की न्यूनतम अवधि	240 घंटे
पाठ्यक्रम की अधिकतम अवधि	240 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 निम्नलिखित सूचीबद्ध ज्ञान और कौशल प्राप्त कर लेने चाहिए:
शैक्षणिक प्रगति - पूरा होने पर अभ्यर्थी स्तर 3 तक आगे बढ़ सकते हैं।

सीखने के परिणाम-

- अभ्यर्थी योग और योगाभ्यास (सूक्ष्म व्यायाम, सूर्यनमस्कार, योगासन, प्राणायाम, षट्कर्म और वैदिक मंत्र ध्यान चिकित्सा) का बुनियादी ज्ञान प्राप्त करेंगे।
- योग और भगवद् गीता की विभिन्न शाखाओं का ज्ञान बढ़ाना।
- योग और आयुर्वेद के साथ स्वास्थ्य और उसकी प्रासंगिकता की मौलिक समझ विकसित होगी।
- शिव संकल्प सूक्त, मेधा सूक्त, योग सूत्र (समाधि पाद) और भगवत गीता (अध्याय 1 से 5) का पाठ कुशल तरीके से सीखेंगे।
- योग के आनंदपूर्ण अध्ययन को बढ़ावा दें।
- प्राचीन भारत की योग विरासत के समृद्ध इतिहास और उत्पत्ति पर चर्चा 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	नौकरी पर प्रशिक्षण अवधि (अनिवार्य)	नौकरी पर प्रशिक्षण अवधि (अनुशंसित)	कुल अवधि
एनओएस कोड:MSRVVP/YPK01 कौशल भारत मिशन का परिचय और योग प्रशिक्षण कनिष्ठ सहायक की भूमिका एनओएस संस्करण- 1.0 एनएसक्यूएफ स्तर- 2.5	05:00	00:00	00:00		15:00
मॉड्यूल 1: कौशल भारत मिशन का परिचय और योग प्रशिक्षण कनिष्ठ सहायक की भूमिका	05:00	00:00	00:00		15:00



एनओएस कोड:MSRVVP/YPK02 योग की उत्पत्ति और इतिहास एनओएस संस्करण- 1.0 एनएसक्यूएफ स्तर- 2.5	05:00	05:00	00:00	
मॉड्यूल 2 : योग की उत्पत्ति और इतिहास	05:00	05:00	00:00	
एनओएस कोड:MSRVVP/YPK03 योग की विभिन्न शाखाएँ एनओएस संस्करण- 1.0 एनएसक्यूएफ स्तर- 2.5	07:00	08:00	00:00	15:00
मॉड्यूल 3: योग की विभिन्न शाखाएँ	07:00	08:00	00:00	15:00
एनओएस कोड:MSRVVP/YPK04 योग और स्वास्थ्य एनओएस संस्करण- 1.0 एनएसक्यूएफ स्तर- 2.5	10:00	00:00	05:00	15:00
मॉड्यूल 4: योग और स्वास्थ्य	10:00	00:00	05:00	15:00
एनओएस कोड: MSRVVP/YPK05 भगवद् गीता एनओएस संस्करण- 1.0 एनएसक्यूएफ स्तर- 2.5	10:00	15:00	05:00	30:00
मॉड्यूल 5: भगवद् गीता	10:00	15:00	05:00	30:00 बजे
एनओएस कोड: MSRVVP/YPK06 विभिन्न योगाभ्यास (सूक्ष्म व्यायाम, सूर्यनमस्कार, योगासन एनओएस संस्करण- 1.0 एनएसक्यूएफ स्तर- 2.5	15:00	40:00	05:00	60:00
मॉड्यूल 6: विभिन्न योगाभ्यास (सूक्ष्म व्यायाम, सूर्यनमस्कार, योगासन)	15:00	40:00	05:00	60:00



एनओएस कोड: एमएसआरवीवीपी/वाईपीके07 प्राणायाम एवं षट्कर्म का परिचय एनओएस संस्करण- 1.0 एनएसक्यूएफ लेवल- 2.5	10:00	10:00	10:00		30:00
मॉड्यूल 7: प्राणायाम और षट्कर्म का परिचय	10:00	10:00	10:00		30:00
एनओएस कोड:MSRVVP/YPK08 आहार एवं पोषण (योग एवं आयुर्वेद के संदर्भ में) एनओएस संस्करण- 1.0 एनएसक्यूएफ स्तर- 2.5	08:00	07:00	00:00		15:00
मॉड्यूल 8: आहार और पोषण (योग और आयुर्वेद के संदर्भ में)	08:00	07:00	00:00		15:00
एनओएस कोड:MSRVVP/YPK09 ध्यान और वैदिक मंत्र चिकित्सा (शिवसंकल्प सूक्त आदि) एनओएस संस्करण- 1.0 एनएसक्यूएफ स्तर- 2.5	10:00	15:00	05:00		30:00
मॉड्यूल 9: ध्यान और वैदिक मंत्र चिकित्सा (शिवसंकल्प सूक्त आदि)।	10:00	15:00	05:00		30:00
एनओएस कोड:MSRVVP/YPK10 एनओएस संस्करण- 1.0 एनएसक्यूएफ स्तर- 2.5 मॉड्यूल 10: रोजगार कौशल	30:00	00:00			30:00
मॉड्यूल 10: रोजगार कौशल	30:00	00:00			30:00
कुल	110:00	100:00	30:00		240:00



मॉड्यूल विवरण

मॉड्यूल 1: कौशल भारत मिशन का परिचय और योग प्रशिक्षण कनिष्ठ सहायक की भूमिका

MSRVVP/YPK01, v.1 पर मैप किया गया

टर्मिनल परिणाम:

प्रशिक्षण के अंत में, प्रतिभागी निम्नलिखित कार्य करने में सक्षम होंगे:

- ❑ कौशल भारत मिशन का अवलोकन दीजिए।
- ❑ योग थेरेपी और मंत्र अनुप्रयोग की नौकरी की भूमिका पर चर्चा करें
- ❑ क्षेत्र, उप-क्षेत्र और उपलब्ध रोजगार के अवसरों के दायरे पर चर्चा करें।

<i>अवधि: 05:00</i>	<i>अवधि: 0:00</i>
सिद्धांत – प्रमुख शिक्षण परिणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण परिणाम
<ul style="list-style-type: none">● कौशल भारत मिशन और इसके उद्देश्यों पर चर्चा करें।● सूची भूमिका और जिम्मेदारियां का एक योग प्रशिक्षण कनिष्ठ सहायक● योग प्रशिक्षण कनिष्ठ सहायक की कार्य भूमिका	
कक्षा सहायक सामग्री	
कंप्यूटर, प्रोजेक्टर, व्हाइट बोर्ड, मार्कर और डस्टर, इंटरनेट	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ	
ना	



मॉड्यूल 2: योग की उत्पत्ति और इतिहास

MSRVVP/YPK02, v.1 पर मैप किया गया

टर्मिनल परिणाम:

प्रशिक्षण के अंत में, प्रतिभागी निम्नलिखित कार्य करने में सक्षम होंगे:

- योग विद्या के इतिहास और उत्पत्ति के बारे में ज्ञान प्राप्त करें।

अवधि: 05:00	अवधि: 05:00
सिद्धांत – प्रमुख शिक्षण परिणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण परिणाम
<ul style="list-style-type: none">• योग एवं योगिक प्रथाओं का परिचय।• योग की परिभाषा.• योग का इतिहास और उत्पत्ति।	<ul style="list-style-type: none">• योग विद्या के समृद्ध इतिहास और उत्पत्ति से परिचय कराने के लिए संग्रहालय, पुस्तकालय आदि का शैक्षणिक भ्रमण।
कक्षा सहायक सामग्री:	
कंप्यूटर, प्रोजेक्टर, व्हाइट बोर्ड, मार्कर और डस्टर , इंटरनेट	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ	
संबंधित पुस्तकें और शोध दस्तावेज।	



मॉड्यूल 3: योग की विभिन्न शाखाएँ

MSRVVP/YPK03, v.1 पर मैप किया गया

टर्मिनल परिणाम:

प्रशिक्षण के अंत में, प्रतिभागी निम्नलिखित कार्य करने में सक्षम होंगे:

- योग की विभिन्न शाखाओं और हमारे दैनिक जीवन में उनके अनुप्रयोगों के बारे में अवधारणा बनाना।

अवधि: 07:00	अवधि: 08:00
सिद्धांत – प्रमुख शिक्षण परिणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण परिणाम
<ul style="list-style-type: none">यह खंड योग की विभिन्न शाखाओं से संबंधित सैद्धांतिक पहलू को कवर करेगा, जैसे - कर्म योग, ज्ञान योग, भक्ति योग, हठ योग, अष्टांग योग (राज योग), मंत्र योग आदि।	<ul style="list-style-type: none">निःस्वार्थ सेवा (कर्म योग) में योगदान देना, आम तौर पर आस-पास की सफाई रखना, निःशुल्क योग परामर्श शिविरों का आयोजन करना, सामान्य कार्यों में निःस्वार्थ प्रयास करना।विद्यार्थियों को भक्ति योग की चेतना से परिचित कराने के लिए सत्संग सत्र, नाम संकीर्तन, भगवद् गीता (12 वें अध्याय) का पाठ (साप्ताहिक) का आयोजन करना।ज्ञान योग के लिए दैनिक स्वाध्याय अभ्यास।मंत्र योग, हठ योग और संबंधित प्रथाओं का दैनिक अभ्यास।
कक्षा सहायक सामग्री	
कंप्यूटर, प्रोजेक्टर, व्हाइट बोर्ड, मार्कर और डस्टर, इंटरनेट	



उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ

सत्संग एवं कीर्तन सत्र के आयोजन के साधन, संबंधित पुस्तकें एवं शोध पत्र।



मॉड्यूल 4: योग और स्वास्थ्य

MSRVVP/YPK04, v.1 पर मैप किया गया

टर्मिनल परिणाम:

प्रशिक्षण के अंत में, प्रतिभागी निम्नलिखित कार्य करने में सक्षम होंगे:

- आयुर्वेदिक ग्रंथों और विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) के संदर्भ में स्वास्थ्य के वास्तविक अर्थ को समझें।
- समग्र स्वास्थ्य के लिए अष्टांग योग और योग की अन्य शाखाओं की भूमिका।

अवधि: 10:00	अवधि: 00:00
सिद्धांत – प्रमुख शिक्षण परिणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण परिणाम
<ul style="list-style-type: none">● आयुर्वेद एवं विश्व स्वास्थ्य संगठन के संदर्भ में स्वास्थ्य का परिचय।● समग्र स्वास्थ्य के लिए योग विद्या और योगिक प्रथाओं का महत्व।	<ul style="list-style-type: none">● छात्रों को शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और आध्यात्मिक रूप से स्वस्थ रखने के लिए उनमें स्वस्थ आदतें विकसित करना।
कक्षा सहायक सामग्री	
कंप्यूटर, प्रोजेक्टर, व्हाइट बोर्ड, मार्कर और डस्टर, इंटरनेट	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ	
संबंधित पुस्तकें और शोध दस्तावेज।	



मॉड्यूल 5: भगवद् गीता

MSRVVP/YPK05, v.1 पर मैप किया गया

टर्मिनल परिणाम:

प्रशिक्षण के अंत में, प्रतिभागी निम्नलिखित कार्य करने में सक्षम होंगे:

- भगवद् गीता के अनुसार योग की विभिन्न शाखाओं के बारे में समझें।

<i>अवधि: 10:00</i>	<i>अवधि: 15:00</i>
सिद्धांत – प्रमुख शिक्षण परिणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण परिणाम
<ul style="list-style-type: none">● भगवद् गीता के संदर्भ में विभिन्न योग शाखाओं की परिभाषा।● भगवद् गीता में उल्लिखित दीनचर्य विज्ञान, आहार संबंधी स्पष्टीकरण, पथ्य-अपथ्य की अवधारणा आदि को स्पष्ट करना।	<ul style="list-style-type: none">● भगवद्गीता के अध्यायों के पाठ का अभ्यास।● ध्यान साधना का अभ्यास भगवद्गीता (अध्याय-6) में वर्णित है।
कक्षा सहायक सामग्री	
कंप्यूटर, प्रोजेक्टर, व्हाइट बोर्ड, मार्कर और डस्टर, इंटरनेट	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ	
संबंधित पुस्तकें और शोध दस्तावेज।	



मॉड्यूल 6: विभिन्न योगाभ्यास (सूक्ष्म व्यायाम, सूर्यनमस्कार, योगासन)

MSRVVP/YPK06, v.1 पर मैप किया गया

टर्मिनल परिणाम:

प्रशिक्षण के अंत में, प्रतिभागी निम्नलिखित कार्य करने में सक्षम होंगे:

- योगिक अभ्यासों की तकनीकी जानकारी से उनकी बौद्धिक क्षमता का पोषण करना, जिसमें मुख्य रूप से सूक्ष्म व्यायाम, सूर्य नमस्कार और योगासन शामिल हैं।
- उपर्युक्त योगिक अभ्यासों को उनकी तकनीकों, लाभों और मतभेदों के साथ अधिक कुशल और सटीक तरीके से प्रदर्शित करने की क्षमता विकसित होगी।

अवधि: 15:00	अवधि: 40:00
सिद्धांत – प्रमुख शिक्षण परिणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण परिणाम
<ul style="list-style-type: none">• योगिक अभ्यासों को अपनाने से पहले की जाने वाली तैयारियों के संबंध में सामान्य नियमों और विनियमों पर चर्चा की जाएगी।• यौगिक सूक्ष्म व्यायाम के बारे में चर्चा।• सूर्य नमस्कार और वैदिक अनुष्ठानों (नित्य संध्या आदि) के साथ इसका महत्व।• योगासन की परिभाषा एवं दर्शन.• योगासनों से संबंधित सैद्धांतिक पहलू एवं उनके विभिन्न संयोजन।	<ul style="list-style-type: none">• प्रार्थना, सूक्ष्म व्यायाम और सूर्य नमस्कार का विस्तृत तरीके से प्रदर्शन।• योगासनों (योग ग्रंथों में संदर्भित) जैसे ताड़ासन, वृक्षासन, कटिचक्रासन, त्रिकोणासन, पद्मासन, वज्रासन, भुजंगासन, योगमुद्रासन, पवनमुक्तासन, सेतुबंधासन, उत्तानपादासन, शवासन आदि का उनके संयोजन के साथ प्रदर्शन।
कक्षा सहायक सामग्री	



कंप्यूटर, प्रोजेक्टर, व्हाइट बोर्ड, मार्कर और डस्टर, इंटरनेट

उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ

योग मैट, योग पोशाक, संबंधित पुस्तकें और शोध दस्तावेज।

मॉड्यूल 7: प्राणायाम और षट्कर्म का परिचय

MSRVVP/YPK07, v.1 पर मैप किया गया

टर्मिनल परिणाम:

प्रशिक्षण के अंत में, प्रतिभागी निम्नलिखित कार्य करने में सक्षम होंगे:

- प्राणायाम और षट्कर्म अभ्यासों की तकनीकी के बारे में ज्ञान प्राप्त करें।
- प्राणायाम और षट्कर्म अभ्यासों को उनकी तकनीक, लाभ और मतभेदों के साथ प्रदर्शित करने की क्षमता में कुशल बनें।

<i>अवधि: 10:00</i>	<i>अवधि: 10:00</i>
सिद्धांत – प्रमुख शिक्षण परिणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण परिणाम
<ul style="list-style-type: none">● योग ग्रंथों के संदर्भ में प्राणायाम और षट्कर्म की परिभाषा और महत्व पर चर्चा की जाएगी।	<ul style="list-style-type: none">● नाडीशोधन, भ्रामरी प्राणायाम सीखना और प्रदर्शित करना।● कपालभाति (षट्कर्म) का अभ्यास।
कक्षा सहायक सामग्री:	



कंप्यूटर, प्रोजेक्टर, व्हाइट बोर्ड, मार्कर और डस्टर, इंटरनेट

उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ

योग मैट, योग पोशाक, संबंधित पुस्तकें और दस्तावेज।



मॉड्यूल 8: आहार और पोषण (योग और आयुर्वेद के संदर्भ में)

MSRVVP/YPK08, v.1 पर मैप किया गया

टर्मिनल परिणाम:

प्रशिक्षण के अंत में, प्रतिभागी निम्नलिखित कार्य करने में सक्षम होंगे:

- योगिक आहार तथा योगिक अभ्यासों और हमारे दैनिक जीवन में इसके प्रभाव के बारे में समझ विकसित करना।
- आहार और मिताहार की अवधारणा (आयुर्वेद में)।
- स्वस्थ भोजन की आदत अपनाने के लिए पथ्य-अपथ्य के बारे में ज्ञान प्राप्त होगा।

अवधि: 08:00	अवधि: 07:00
सिद्धांत – प्रमुख शिक्षण परिणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण परिणाम
<ul style="list-style-type: none">• आहार का विस्तृत अर्थ और महत्व।• आहार (भोजन) के कार्य और उसके प्रकार (सात्विक, राजसिक, तामसिक)।• भोजन सेवन से संबंधित सामान्य नियम और विनियम।• योगिक आहार और संतुलित आहार की अवधारणा और उनके विकसित घटक।	<ul style="list-style-type: none">• यह खंड योग साधना के मार्ग पर आगे बढ़ने के लिए योगिक आहार और स्वस्थ भोजन अभ्यास को अपनाने के व्यावहारिक अनुप्रयोग को कवर करेगा।
कक्षा सहायक सामग्री:	
कंप्यूटर, प्रोजेक्टर, व्हाइट बोर्ड, मार्कर और डस्टर, इंटरनेट	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ	
संबंधित पुस्तकें और शोध दस्तावेज।	



मॉड्यूल 9: ध्यान और वैदिक मंत्र चिकित्सा (शिवसंकल्प सूक्त आदि)

MSRVVP/YPK09, v.1 पर मैप किया गया

टर्मिनल परिणाम:

प्रशिक्षण के अंत में, प्रतिभागी निम्नलिखित कार्य करने में सक्षम होंगे:

- वैदिक मंत्रों पर ध्यान तकनीक सीखें।
- भगवत गीता और योग सूत्र (समाधिपाद) का उचित पाठ करें।

<i>अवधि: 10:00</i>	<i>अवधि: 15:00</i>
सिद्धांत – प्रमुख शिक्षण परिणाम	व्यावहारिक – मुख्य शिक्षण परिणाम
<ul style="list-style-type: none">● वेद मंत्रों के ध्यान के महत्व, उनसे जुड़े शारीरिक और मनोवैज्ञानिक लाभों पर चर्चा की जाएगी।	<ul style="list-style-type: none">● शिवसंकल्प सूक्त एवं मेधा सूक्त पर ध्यान अभ्यास।● भगवत गीता का पाठ (अध्याय- 1 से 5)।● योग सूत्र (समाधिपाद) का पाठ।
कक्षा सहायक सामग्री:	
कंप्यूटर, प्रोजेक्टर, व्हाइट बोर्ड, मार्कर और डस्टर, इंटरनेट	
उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ	
योग मैट, संबंधित पुस्तकें और शोध दस्तावेज।	



मॉड्यूल 10: रोजगार कौशल (30 घंटे)

MSRVVP/YPK09, v.1 पर मैप किया गया

टर्मिनल परिणाम:

- टीम के सदस्यों, ग्राहकों, विक्रेताओं, आगंतुकों के साथ प्रभावी ढंग से संवाद करें।
- व्यक्तिगत और व्यावसायिक निर्माण
- डिजिटल और वित्तीय साक्षरता जिसमें कंप्यूटर सिस्टम के बुनियादी घटक और संबंधित अवधारणा, पैसे की बचत, बैंक खाता खोलना और कर रिटर्न दाखिल करना शामिल है

अवधि : 30 :00

मुख्य शिक्षण परिणाम



- नौकरी की आवश्यकताओं को पूरा करने में रोजगार कौशल के महत्व पर चर्चा करें
- संवैधानिक मूल्यों, नागरिक अधिकारों, कर्तव्यों, नागरिकता, समाज के प्रति जिम्मेदारी आदि के बारे में बताएं जिनका पालन एक जिम्मेदार नागरिक बनने के लिए आवश्यक है।
- विभिन्न पर्यावरणीय रूप से टिकाऊ प्रथाओं का अभ्यास कैसे करें, यह दिखाएं
- 21वीं सदी के कौशल पर चर्चा करें।
- विभिन्न परिस्थितियों में सकारात्मक दृष्टिकोण, आत्म-प्रेरणा, समस्या समाधान, समय प्रबंधन कौशल और निरंतर सीखने की मानसिकता प्रदर्शित करें।
- बोलते समय उचित बुनियादी अंग्रेजी वाक्यों/वाक्यांशों का प्रयोग करें
- दूसरों के साथ शिष्ट तरीके से बातचीत करने का तरीका प्रदर्शित करें।
- टीम में दूसरों के साथ मिलकर काम करने का प्रदर्शन करें
- सभी लिंगों और दिव्यांगों के साथ उचित व्यवहार कैसे किया जाए, यह दिखाएं
- यौन उत्पीड़न के मुद्दों की समय पर रिपोर्ट करने के महत्व पर चर्चा करें
- वित्तीय उत्पादों और सेवाओं का सुरक्षित एवं संरक्षित तरीके से उपयोग करने के महत्व पर चर्चा करें।
- व्यय, आय और बचत के प्रबंधन के महत्व को समझाएं।
- कानूनी अधिकारों और कानूनों के अनुसार किसी भी शोषण के लिए समय पर संबंधित अधिकारियों से संपर्क करने के महत्व को समझाएं
- डिजिटल उपकरणों को संचालित करने और संबंधित अनुप्रयोगों और सुविधाओं का सुरक्षित और सुरक्षित तरीके से उपयोग करने का तरीका दिखाएं
- ब्राउज़िंग, सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म तक सुरक्षित तरीके से पहुंचने के लिए इंटरनेट का उपयोग करने के महत्व पर चर्चा करें
- संभावित व्यवसाय के अवसरों की पहचान करने की आवश्यकता, धन की व्यवस्था के स्रोतों और संभावित कानूनी और वित्तीय चुनौतियों पर चर्चा करें
- ग्राहकों के विभिन्न प्रकारों के बीच अंतर करें
- ग्राहकों की जरूरतों को पहचानने और उन्हें संबोधित करने के महत्व को समझाएं
- स्वच्छता बनाए रखने और उचित ढंग से कपड़े पहनने के महत्व पर चर्चा करें
- बायोडाटा बनाएं
- नौकरियों की खोज और आवेदन करने के लिए विभिन्न स्रोतों का उपयोग करें
- साक्षात्कार के लिए साफ-सुथरे कपड़े पहनने और स्वच्छता बनाए रखने के महत्व पर चर्चा करें
- प्रशिक्षुता के अवसरों की खोज और पंजीकरण कैसे करें, इस पर चर्चा करें।

कक्षा सहायक सामग्री

लैपटॉप, व्हाइट बोर्ड, मार्कर, कंप्यूटर, प्रोजेक्टर, चार्ट

उपकरण, सामान और अन्य आवश्यकताएँ



प्रशिक्षक की आवश्यकताएं

प्रशिक्षक पूर्वापेक्षाएँ						
न्यूनतम शैक्षिक योग्यता	विशेषज्ञता	प्रासंगिक उद्योग अनुभव		प्रशिक्षण अनुभव		टिप्पणी
		साल	विशेषज्ञता	साल	विशेषज्ञता	
वेदविभूषण / मूलान्त / योग के ज्ञान से युक्त	वेद का ज्ञान और योग का अभ्यास	2	योग अभ्यास	ना	ना	ना
योग के ज्ञान के साथ वेद से संबंधित किसी भी विषय में स्नातक की डिग्री	वेद का ज्ञान और योग का अभ्यास	2	योग अभ्यास	ना	ना	ना
योग में स्नातक की डिग्री तथा वेद से संबंधित किसी भी विषय का ज्ञान	वेद का ज्ञान और योग का अभ्यास	2	योग अभ्यास	ना	ना	ना
योग शिक्षा में सर्टिफिकेट/डिप्लोमा	वेद का ज्ञान और योग का अभ्यास	2	योग अभ्यास	ना	ना	ना
पारंपरिक चिकित्सक	वेद का ज्ञान और योग का अभ्यास	10	योग अभ्यास	ना	ना	ना

ट्रेनर प्रमाणीकरण

कार्यक्षेत्र प्रमाणीकरण	प्लैटफॉर्म प्रमाणीकरण
नौकरी की भूमिका के लिए प्रमाणित "योग प्रशिक्षण कनिष्ठ सहायक", QP पर मैप किया गया: "EDU/Q1201 v1.0", न्यूनतम स्वीकृत 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 अनुभव		टिप्पणी
		साल	विशेषज्ञता	साल	विशेषज्ञता	
वेदविभूषण / मूलान्त / योग के ज्ञान से युक्त	वेद का ज्ञान और योग का अभ्यास	3	योग अभ्यास	1	वेद का ज्ञान और योग का अभ्यास	न
योग के ज्ञान के साथ वेद से संबंधित किसी भी विषय में स्नातक की डिग्री	वेद का ज्ञान और योग का अभ्यास	3	योग अभ्यास	1	वेद का ज्ञान और योग का अभ्यास	न
योग में स्नातक की डिग्री तथा वेद से संबंधित किसी भी विषय का ज्ञान	वेद का ज्ञान और योग का अभ्यास	2	योग अभ्यास	1	वेद का ज्ञान और योग का अभ्यास	न
योग शिक्षा में सर्टिफिकेट/डिप्लोमा	वेद का ज्ञान और योग का अभ्यास	3	योग अभ्यास	1	वेद का ज्ञान और योग का अभ्यास	न
पारंपरिक चिकित्सक	वेद का ज्ञान और योग का अभ्यास	10	योग अभ्यास	1	वेद का ज्ञान और योग का अभ्यास	न

आंकलन करनेवाला प्रमाणीकरण

कार्यक्षेत्र प्रमाणीकरण	प्लैटफॉर्म प्रमाणीकरण
-------------------------	-----------------------



नौकरी की भूमिका के लिए प्रमाणित "योग प्रशिक्षण कनिष्ठ सहायक", QP पर मैप किया गया: "EDU/Q1201 v1.0", न्यूनतम स्वीकृत 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/Q2601, V2.0। न्यूनतम स्वीकार्य स्कोर 80% है।



उपकरण और साजो-सामान

सूची का औजार और उपकरण के लिए रोजगार कौशल		
एस नहीं।	नाम का उपकरण	मात्रा
1.	नवीनतम कॉन्फिगरेशन वाला कंप्यूटर (पीसी) - और इंटरनेट कनेक्शन मानक ऑपरेटिंग सिस्टम और मानक वर्ड प्रोसेसर के साथ और वर्कशीट सॉफ्टवेयर (लाइसेंस प्राप्त) (सभी सॉफ्टवेयर चाहिए दोनों में से एक नवीनतम हो संस्करण या एक/दो संस्करण नीचे)	जैसा आवश्यक
2.	ऊपर	जैसा आवश्यक
3.	स्कैनर वीर्य प्रिंटर	जैसा आवश्यक
4.	कंप्यूटर टेबल	जैसा आवश्यक
5.	कंप्यूटर कुर्सियों	जैसा आवश्यक
6.	एलसीडी प्रक्षेपक	जैसा आवश्यक
7.	सफेद तख्ता 1200मिमी एक्स 900मिमी	जैसा आवश्यक
8.	दूरबीन	जैसा आवश्यक
9.	इंच टेप (मापने वाला टेप)	जैसा आवश्यक
10.	खुरपी (ट्रॉवेल)	जैसा आवश्यक
11।	पानी का डिब्बा	जैसा आवश्यक



मूल्यांकन रणनीति

- मूल्यांकन महर्षि संदीपनि राष्ट्रीय वेद विद्या प्रतिष्ठान (MSRVVP) के साथ पैनलबद्ध स्वतंत्र मूल्यांकनकर्ताओं की अवधारणा पर आधारित होगा, जिन्हें मूल्यांकन तकनीकों पर पहचाना, चुना, प्रशिक्षित और प्रमाणित किया जाएगा। इन मूल्यांकनकर्ताओं को निर्धारित मानदंडों के अनुसार मूल्यांकन करने के लिए संरेखित किया जाएगा।
- एमएसआरवीवीपी केवल प्रशिक्षण केंद्रों या एमएसआरवीवीपी द्वारा अधिकृत निर्दिष्ट परीक्षण केंद्रों पर ही मूल्यांकन करेगा।
- आदर्श रूप से, मूल्यांकन एक सतत प्रक्रिया होगी जिसमें दो अलग-अलग चरण शामिल होंगे:
 - A. प्रशिक्षकों द्वारा सतत मूल्यांकन
 - बी. एमएसआरवीवीपी द्वारा सत्रांत / अंतिम मूल्यांकन
- संबंधित क्यूपी में प्रत्येक राष्ट्रीय व्यावसायिक मानक (एनओएस) को वेटेज दिया जाएगा। एनओएस में प्रत्येक प्रदर्शन मानदंड को कार्य के सापेक्ष महत्व और गंभीरता के आधार पर सिद्धांत और/या व्यावहारिक के लिए अंक दिए जाएंगे।
- इससे प्रत्येक क्यूपी के लिए प्रश्न बैंक/पेपर सेट तैयार करने में सुविधा होगी। इनमें से प्रत्येक पेपर सेट/प्रश्न बैंक एमएसआरवीवीपी के माध्यम से विषय विशेषज्ञों द्वारा बनाए गए हैं, विशेष रूप से व्यावहारिक परीक्षण और परिभाषित सहनशीलता, फिनिश, सटीकता आदि के संबंध में।
- अंतिम मूल्यांकन के लिए निम्नलिखित उपकरणों का उपयोग प्रस्तावित है:
 - i. लिखित परीक्षा: इसमें निम्नलिखित शामिल होंगे
 - (i) सत्य/असत्य कथन और/या
 - (ii) बहुविकल्पीय प्रश्न और/या
 - (iii) मिलान प्रकार के प्रश्न।
 - ii. प्रैक्टिकल टेस्ट: इसमें प्रोजेक्ट ब्रीफिंग के अनुसार तैयार किया जाने वाला टेस्ट जॉब शामिल होगा, जिसमें



आवश्यक उपकरण, उपकरण और यंत्रों का उपयोग करके उचित कार्य चरणों का पालन किया जाएगा।

अवलोकन के माध्यम से उम्मीदवार की योग्यता, विवरणों पर ध्यान, गुणवत्ता चेतना आदि का पता लगाना संभव होगा।

- iii. संरचित मौखिक परीक्षा: 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 जाएगा।



संदर्भ

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 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 किसी उद्योग में समान/संबंधित कार्यों का एक समूह निष्पादित करता है।
नौकरी भूमिका	नौकरी की भूमिका कार्यों के एक अनूठे समूह को परिभाषित करती है जो एक साथ मिलकर किसी संगठन में एक अनूठे रोजगार अवसर का निर्माण करते हैं।
व्यावसायिक मानक (ओएस)	ओएस प्रदर्शन के उन मानकों को निर्दिष्ट करता है जिन्हें किसी व्यक्ति को कार्यस्थल पर कोई कार्य करते समय प्राप्त करना चाहिए, साथ ही ज्ञान और समझ (केयू) भी जो उन्हें उस मानक को लगातार पूरा करने के लिए आवश्यक है। व्यावसायिक मानक भारतीय और वैश्विक दोनों संदर्भों में लागू होते हैं।
प्रदर्शन मानदंड (पीसी)	प्रदर्शन मानदंड (पीसी) वे कथन हैं जो किसी कार्य को निष्पादित करते समय अपेक्षित प्रदर्शन के मानक को निर्दिष्ट 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।
यूनिट कोड	यूनिट कोड एक व्यावसायिक मानक के लिए एक अद्वितीय पहचानकर्ता है, जिसे 'एन' द्वारा दर्शाया जाता है



इकाई शीर्षक	इकाई शीर्षक इस बारे में स्पष्ट विवरण देता है कि पदधारी को क्या करने में सक्षम होना चाहिए।
विवरण	विवरण इकाई सामग्री का संक्षिप्त सारांश देता है। यह डेटाबेस पर खोज करने वाले किसी भी व्यक्ति के लिए यह सत्यापित करने में सहायक होगा कि यह वह उपयुक्त OS है जिसकी उन्हें तलाश है।



दायरा	कार्यक्षेत्र कथनों का एक समूह है जो चरों की उस सीमा को निर्दिष्ट करता है जिनसे किसी व्यक्ति को कार्य करने में निपटना पड़ सकता है, जिसका अपेक्षित प्रदर्शन की गुणवत्ता पर महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ता है।
ज्ञान और समझ (केयू)	ज्ञान और समझ (केयू) ऐसे कथन हैं जो एक साथ तकनीकी, सामान्य, पेशेवर और संगठनात्मक विशिष्ट ज्ञान को निर्दिष्ट करते हैं जो किसी व्यक्ति को अपने कार्य को बेहतर ढंग से करने के लिए आवश्यक है। आवश्यक मानक.
संगठनात्मक संदर्भ	संगठनात्मक संदर्भ में संगठन की संरचना और उसके संचालन का तरीका शामिल होता है, जिसमें प्रबंधकों को उनके प्रासंगिक जिम्मेदारी वाले क्षेत्रों के बारे में परिचालनात्मक ज्ञान की सीमा भी शामिल होती है।
तकनीकी ज्ञान	तकनीकी ज्ञान विशिष्ट निर्दिष्ट जिम्मेदारियों को पूरा करने के लिए आवश्यक विशिष्ट ज्ञान है।
मुख्य कौशल/सामान्य कौशल (जीएस)	कोर स्किल्स या जेनेरिक स्किल्स (GS) कौशलों का एक समूह है जो आज की दुनिया में सीखने और काम करने की कुंजी है। आज की दुनिया में किसी भी कार्य वातावरण में इन कौशलों की आम तौर पर आवश्यकता होती है। इन कौशलों की आम तौर पर किसी भी कार्य वातावरण में आवश्यकता होती है। OS के संदर्भ में, इनमें संचार संबंधी कौशल शामिल हैं जो लागू होते हैं अधिकांश नौकरी भूमिकाएँ।
ऐच्छिक	ऐच्छिक विषय एनओएस/एनओएस का समूह है, जिसे क्षेत्र द्वारा किसी नौकरी की भूमिका में विशेषज्ञता के लिए योगदान के रूप में पहचाना जाता है। प्रत्येक विशेषीकृत नौकरी की भूमिका के लिए एक क्यूपी के भीतर कई ऐच्छिक विषय हो सकते हैं। प्रशिक्षुओं को क्यूपी के सफल समापन के लिए कम से कम एक ऐच्छिक विषय चुनना होगा। ऐच्छिक.
विकल्प	विकल्प एनओएस/एनओएस का सेट है जिसे सेक्टर द्वारा अतिरिक्त कौशल के रूप में पहचाना जाता है। एक क्यूपी के भीतर कई विकल्प हो सकते हैं। विकल्पों के साथ क्यूपी को पूरा करने के लिए किसी भी विकल्प का चयन करना अनिवार्य नहीं है।



संक्षिप्त और संक्षिप्तीकरण

अवधि	विवरण
ओपन स्कूल	राष्ट्रीय व्यावसायिक मानक
एनएसक्यूएफ	राष्ट्रीय कौशल योग्यता ढांचा
ओजेटी	नौकरी के प्रशिक्षण पर
क्यूपी	योग्यता पैक
लोक निर्माण विभाग	विकलांग लोग
पीपीई	व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण
एनसीवीईटी	राष्ट्रीय व्यावसायिक शिक्षा और प्रशिक्षण परिषद
एनसीओ	व्यवसायों का राष्ट्रीय वर्गीकरण
एनक्यूआर	राष्ट्रीय योग्यता रजिस्टर