

रिभर (स्वीमिङ्ग र राफ्टिङ्ग) गाइड (River/Swimming and Rafting Guide)

छोटो अवधिको पाठ्यक्रम
(दक्षतामा आधारित)



प्राविधिक शिक्षा तथा व्यावसायिक तालीम परिषद्
पाठ्यक्रम विकास तथा समकक्षता निर्धारण महाशाखा
सानोठिमी, भक्तपुर
निर्माण २०७८

बिषय सूची

Table of Contents

परिचय :.....	3
लक्ष्य :.....	3
उद्देश्यहरु :.....	3
पाठ्यक्रमको विवरण :.....	3
पाठ्यक्रमको विशेषता :.....	3
तालीम अवधि :.....	3
लक्षित समूह :.....	4
लक्षित स्थान:.....	4
प्रशिक्षार्थी संख्या :.....	4
प्रशिक्षण-भाषा :.....	4
प्रशिक्षार्थी-उपस्थिति :.....	4
प्रवेश-मापदण्ड :.....	4
प्रशिक्षकको योग्यता :.....	4
प्रशिक्षक-प्रशिक्षार्थी अनुपात :.....	4
प्रशिक्षणका माध्यम र सामग्री :.....	4
शिक्षण सिकाइ विधि :.....	4
प्रशिक्षार्थी-मूल्यांकन :.....	4
श्रेणी विभाजन प्रणाली :.....	5
प्रमाण पत्र प्रदान :.....	5
सीप परीक्षणको व्यवस्था :.....	5
प्रशिक्षण सम्बन्धी सुझाव :.....	5
अनुगमन-सुझाव :.....	5
पाठ्यक्रम संरचना.....	6
मोड्यूल १ : पेशागत परिचय.....	7
मोड्यूल २ : पेशागत स्वास्थ्य र सुरक्षा.....	8
मोड्यूल २.१ : पेशागत सुरक्षा/सावधानी.....	9
मोड्यूल : २.२. प्राथमिक उपचार.....	16
मोड्यूल ३ : आधारभूत औजार उपकरण र सामग्रीहरु.....	26
सबमोड्यूल ३.१: आधारभूत औजार उपकरण र सामग्रीहरु.....	27
मोड्यूल ३.२. औजार उपकरणहरुको जाँच र तयारी.....	28
मोड्यूल ४.बन्दोबस्ती व्यवस्थापन.....	37
मोड्यूल ५. आधारभूत कार्य.....	49

सव मोड्यूल ५.१. नदी प्रवाहको (River Hydrology) रेखाचित्र	50
सव मोड्यूल ५.२ : डोरी गाँठो निर्माण.....	63
मोड्यूल ६ : संकेत चिन्हहरुको प्रयोग/ सांकेतिकरण	74
मोड्यूल ७ : पौडी कला	81
मोड्यूल ८ : डुङ्गा र काइक संचालन.....	90
मोड्यूल: ९ पेडल कमाण्ड.....	99
मोड्यूल १०: आपतकालीन व्यवस्थापन.....	112
मोड्यूल ११. न्याफिटड उद्धार	119
मोड्यूल १२. मर्मत संभार	126
मोड्यूल १३. पेशागत विकास तथा उच्चमशीलता विकास.....	142
सव-मोड्यूल १३.१ : पेशागत विकास.....	143
सव मोड्यूल १३.२ : उच्चमशीलता विकास	148
औजार उपकरण तथा सामग्रीहरु.....	150
संलग्न विज्ञहरु	151

परिचय :

यो रिभर गाइड (River/Swimming and Rafting Guide) पेशाको दक्षतामा आधारित पाठ्यक्रम विशेष गरी खोला/नदीमा डुंगा वा कायक संचालन गर्ने कार्यसँग सम्बन्धित छ । यस पाठ्यक्रममा रिभर गाइड डुंगा वा कायक चालक बन्नको लागि आवश्यक पर्ने आधारभूत सीप र ज्ञान समावेश गरिएको छ । यस पाठ्यक्रममा आधारित तालीम कार्यक्रमले एकातर्फ प्रशिक्षकहरूलाई पाठ्यक्रममा समावेश भएका ज्ञान र सीपलाई प्रदर्शन गर्न तथा सिकाउन र अर्को तर्फ प्रशिक्षार्थीहरूलाई प्रयोगात्मक अभ्यास मार्फत सीप सिक्न प्रचुर अवसर प्रदान गर्दछ । यस प्रशिक्षण लिएका प्रशिक्षार्थीले सैद्धान्तिक ज्ञान कक्षा कोठाको प्रशिक्षणबाट र प्रयोगात्मक सीपको लागि खोला वा नदीमा अभ्यास गर्नेछन् । यी सीपहरूमा दक्षता हासिल गरिसके पछि प्रशिक्षार्थीहरूले सम्बन्धित व्यवसायमा रोजगारी प्राप्त गर्ने पर्याप्त अवसर पाउने वा व्यवसाय गरी स्वरोजगार सृजना गरी गरीबी न्यूनीकरणमा योगदान दिनेछन् । यो पाठ्यक्रममा राखिएका सिकाइबाट प्रशिक्षार्थीहरू आफूसँग भएका परम्परागत सीप र ज्ञानलाई नवीन प्रविधि अनुसार सुधार ल्याउन र सम्बन्धित क्षेत्रमा आवश्यक दक्ष कामदारको रूपमा कार्य गर्न समर्थ हुनेछन् ।

लक्ष्य :

यस पाठ्यक्रमको मुख्य लक्ष्य आधारभूत तहको दक्ष रिभर (स्वीमिङ्ग र राफ्टिङ्ग) गाइड तयार गर्नु रहेको छ ।

उद्देश्यहरू :

यस पाठ्यक्रमका निम्न लिखित उद्देश्यहरू रहेका छन्:

यो तालीम कार्यक्रम सम्पन्न भइसकेपछि प्रशिक्षार्थीहरूले निम्न उद्देश्यहरू पूरा गर्ने छन् ।

- स्वीमिङ्ग र राफ्टिङ्ग साहसिक कलाको अवधारणा बोध गर्न ।
- स्वीमिङ्ग र राफ्टिङ्ग कार्यमा प्रयोग हुने औजार, उपकरण र प्रविधिको पहिचान र प्रयोग गर्न ।
- डुङ्गा/काइक चलाउन/ संचालन गर्न ।
- स्वीमिङ्ग र राफ्टिङ्ग उपकरणहरूको उपकरणहरूको साधारण मर्मत, संभार गर्न ।
- रिभर/स्वीमिङ्ग र राफ्टिङ्ग गाइड व्यावसायको साधारण व्यावसायिक योजना बनाउन ।
- रोजगार/स्वरोजगार भई सीपलाई श्रमसँग आवद्ध गर्न ।
- रिभर/स्वीमिङ्ग र राफ्टिङ्ग पथप्रदर्शकनको क्षेत्रमा स्थानीय स्रोत व्यक्ति भई सहजीकरण गर्न ।
- रिभर/स्वीमिङ्ग र राफ्टिङ्ग गाइड व्यावसायको विकास र विस्तार गर्दै व्यावसाय प्रवर्धन गर्न ।
- रोजगार तथा स्वरोजगार माध्यमबाट आय आर्जनमा वृद्धि गरी जीवनस्तरमा सुधार ल्याउन ।

पाठ्यक्रमको विवरण :

यो पाठ्यक्रम डुंगा वा कायक चालकले सम्पादन गर्ने कार्यमा आधारित छ । पाठ्यक्रममा सुरक्षा व्यवस्थापन, बन्दोवस्ती व्यवस्थापन, औजार उपकरणको जाँच/तयारी, नदीको प्रवाह (Anatomy) को रेखाचित्र, डोरी गाँठो बनाउने, पौडी खेल्ने, डुङ्गा/काइक चलाउने, संकेत चिन्हहरूको प्रयोग, पेडल कमाण्ड, उद्दार, प्राथमिक उपचार, आपतकालिन व्यवस्थापन, संवाद, मर्मत संभार, व्यावसायिकता विकास जस्ता मोड्यूल तथा सब मोड्यूलहरू समावेश गरिएको छ । साथै यसमा उद्यमशिलता विकास सम्बन्धी मोड्यूल पनि समावेश गरिएको छ ।

पाठ्यक्रमको विशेषता :

- यस पाठ्यक्रमले सीप विकासमा जोड दिन्छ । यस पाठ्यक्रमको ८० प्रतिशत समय सीप सिकाइमा र २० प्रतिशत समय सैद्धान्तिक ज्ञान सिकाइमा छुट्याइएको छ ।
- यस पाठ्यक्रमको जोड पाठ्यक्रममा समावेश गरिएका सीपहरू प्रदान गर्न वा सिकाउनमा हुनेछ ।

तालीम अवधि :

यो तालीम कार्यक्रम सैद्धान्तिक र प्रयोगात्मक समेत गरी ३९० घण्टाको हुनेछ ।

लक्षित समूह :

- साधारण लेखपढ भएका यस पेशामा अभिरुचि राख्ने १८ वर्ष माथिका युवाहरु ।

लक्षित स्थान:

नेपालभर

प्रशिक्षार्थी संख्या :

एक समूहमा अधिकतम २० जना ।

प्रशिक्षण-भाषा :

नेपाली वा अंग्रेजी तथा स्थानीय भाषा ।

प्रशिक्षार्थी-उपस्थिति :

तालीम अवधिभर प्रशिक्षार्थीको उपस्थिति कम्तीमा ९०% पुगेको हुनु पर्नेछ अन्यथा प्रमाण-पत्र पाउन योग्य मानिने छैन ।

प्रवेश-मापदण्ड :

तलका आधार पूरा गरेका व्यक्तिहरु यस तालीममा प्रवेश पाउनेछन् ।

- साधारण लेखपढ गर्न सक्ने ।
- १८ वर्ष पूरा भएको स्वस्थ नेपाली नागरिक ।

प्रशिक्षकको योग्यता :

- पर्यटन विषयमा डिप्लोमा उत्तीर्ण गरी काइकिङ्ग तथा ज्याफिटङ्ग को क्षेत्रमा कम्तीमा २ वर्ष कार्यानुभव भएको ।
- सम्बन्धित व्यवसायमा तह २ उत्तीर्ण गरी कम्तीमा १ वर्षको अनुभव प्राप्त वा
- सम्बन्धित व्यवसायमा तह १ उत्तीर्ण गरी कम्तीमा ५ वर्षको अनुभव प्राप्त वा
- पर्यटन विभागबाट रिभर गाइडको अनुमति पत्र प्राप्त व्यक्ति ।

प्रशिक्षक-प्रशिक्षार्थी अनुपात :

- प्रयोगात्मक कक्षाको लागि अनुपात १ : १०
- सैद्धान्तिक कक्षाको लागि अनुपात १ : २०

प्रशिक्षणका माध्यम र सामग्री :

प्रभावकारी प्रशिक्षण तथा प्रदर्शनका लागि आवश्यक सामग्रीहरु:

- छापेका मिडियाका सामग्रीहरु (अभ्यास पुस्तिका, रुजु सूची)
- Non-Projected सामग्रीहरु (डिस्प्ले नमूनाहरु, फिल्म चार्ट, पोष्टर, बोर्ड, मार्कर)
- Project Media सामग्री (मल्टिमिडिया प्रोजेक्टर, स्लाईड आदि)
- श्रव्यदृष्य सामग्री (टेप, फिल्म, स्लाइडटेप, भिडियो डिस्क आदि)
- कम्प्युटरमा आधारित प्रशिक्षण सामग्री (कम्प्युटरमा आधारित तालीम र अन्तरक्रियात्मक भिडियो)

शिक्षण सिकाइ विधि :

यो तालीम कार्यक्रमको प्रशिक्षण दिंदा तपसिलका विधिहरु अपनाइनेछ:

सैद्धान्तिक : प्रवचन, कार्यादेश, समूह छलफल, प्रदर्शन, अनुकरण, व्यक्तिगत सिकाइ ।

प्रयोगात्मक : प्रदर्शन, अवलोकन, निर्देशित अभ्यास, स्व-अभ्यास, नाटकीकरण, प्रयोगात्मक अभ्यास, कार्यक्षेत्र भ्रमण ।

प्रशिक्षार्थी-मूल्यांकन :

- प्रशिक्षार्थीहरुले प्राप्त सीपको मूल्यांकन सम्बन्धित प्रशिक्षकले नियमित रुपमा गर्नुपर्नेछ ।
- प्रशिक्षार्थीहरुले सिकेको सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञानको मूल्यांकन सम्बन्धित प्रशिक्षकले मौखिक वा लिखित परीक्षा द्वारा गर्नुपर्नेछ ।

- प्रशिक्षार्थीहरूले सफल हुन प्रत्येक मोड्यूलका प्रयोगात्मक र सैद्धान्तिक दुवै मूल्यांकनमा छुट्टाछुट्टै कम्तीमा ६० प्रतिशत अंक प्राप्त गर्नुपर्नेछ ।
- प्रत्येक मोड्यूलमा १ वटा आन्तरिक मूल्यांकन र एउटा परीक्षा (सम्बन्धित संस्थाले नै) लिनुपर्नेछ ।
- प्रवेश परीक्षा सम्बन्धित संस्थाले नै संचालन गर्नुपर्नेछ ।

श्रेणी विभाजन प्रणाली :

- विशिष्ट श्रेणी- ८० प्रतिशत वा माथि अंक ल्याई उत्तीर्ण गर्ने
- प्रथम श्रेणी - ७५ प्रतिशत वा माथि अंक ल्याई उत्तीर्ण गर्ने
- द्वितीय श्रेणी - ६५ प्रतिशत वा माथि अंक ल्याई उत्तीर्ण गर्ने
- तृतीय श्रेणी - ६० प्रतिशत वा माथि अंक ल्याई उत्तीर्ण गर्ने

प्रमाण पत्र प्रदान :

यो तालीम सफलता पूर्वक सम्पन्न गर्ने प्रशिक्षार्थीहरूलाई सम्बन्धित तालीम दिने संस्थाले रिभर (स्वीमिङ्ग एण्ड ज्याफिटिङ्ग) गाइडको प्रमाण पत्र प्रदान गर्नेछ ।

सीप परीक्षणको व्यवस्था :

यो तालीम सफलता पूर्वक सम्पन्न गरी प्रमाण पत्र प्राप्त गरेका प्रशिक्षार्थीहरूले राष्ट्रिय सीप परीक्षण समितिद्वारा निर्धारण गरिएको मापदण्ड पूरा गरेमा रिभर/स्वीमिङ्ग एण्ड ज्याफिटिङ्ग गाइड (River /Swimming and Rafting Guide) को सीप परीक्षण परीक्षामा सहभागी हुन सक्नेछन् ।

प्रशिक्षण सम्बन्धी सुझाव :

- १ तालीम पाठ्यक्रम पूर्णरूपमा अध्ययन गर्ने ।
- २ सैद्धान्तिक प्रशिक्षण तथा सीप सिकाइको लागि पाठयोजना बनाउने ।
- ३ सीपमा आधारित सैद्धान्तिक विषयवस्तुलाई प्रभावकारी ढङ्गबाट प्रशिक्षण गर्ने, गराउने ।
- ४ सिकारु स्पष्ट नभइन्जेलसम्म प्रशिक्षकले सीप सम्पादन प्रदर्शन गर्ने, गराउने ।
- ५ सिकारुलाई सीप सम्पादन गर्नु पूर्व वैयक्तिक सुरक्षा उपकरण प्रयोग तथा औजार उपकरण सुरक्षा प्रत्याभूति सुनिश्चित गर्ने, गराउने ।
- ६ सिकारुलाई सम्बन्धित सीप सम्पादन गर्न निर्देशित अभ्यास गर्न लगाउने ।
- ७ सिकारुलाई सम्बन्धित सीप न्यून गल्ती देखिने गरी सम्पादन गर्न अवसर प्रदान गर्ने, गराउने ।
- ८ सिकारुलाई सम्बन्धित सीप गल्ती नगरिकन सम्पादन गर्ने अवसर प्रदान गर्ने, गराउने ।
- ९ सिकारुले स्वतन्त्र ढङ्गबाट जटिल सीपहरू सम्पादन गरेको सुनिश्चित गर्ने, गराउने ।
- १० सिकारुले सीप सिकाइको क्रममा उत्पादन गरेको वस्तु भए त्यसको मूल्याङ्कन गर्ने, गराउने ।

अनुगमन-सुझाव :

यस तालीम पाठ्यक्रमको मूल्याङ्कन गरी केही वर्षपछि गरिने परिमार्जन कार्यमा आवश्यक पृष्ठपोषण संकलनको लागि यो पाठ्यक्रमले निम्नानुसारको सुझाव सिफारिस गर्दछ ।

- पहिलो अनुगमन - तालीम कार्यक्रम समाप्त भएको ६ महिना पछि ।
- दोश्रो अनुगमन - पहिलो अनुगमन समाप्त भएको ६ महिना पछि ।
- अनुगमन चक्र - दोश्रो-अनुगमन समाप्त भएको १ वर्षपछि, प्रत्येक वर्ष, ५ वर्षसम्म ।

पाठ्यक्रम संरचना
River (Swimming and Rafting) Guide

क्र सं	मोड्यूल/सब मोड्यूल	स्वभाव	समय (घण्टा)		
			सैद्धान्तिक	व्यवाहारिक	जम्मा
१	पेशागत परिचय	सै+व्या	६		६
२	पेशागत स्वास्थ्य र सुरक्षा		११	२५	३६
२.१	पेशागत सुरक्षा/सावधानी		६	१०	१६
२.२	प्राथमिक उपचार		५	१५	२०
३.	औजार, उपकरण र सामग्रीहरु		६	१८	२४
३.१	आधारभूत औजार, उपकरण र सामग्रीहरु प्रयोग		१	५	६
३.२	औजार, उपकरणहरुको जाँच र तयारी		४	१४	१८
४	बन्दोबस्ती व्यवस्थापन	सै+व्या	६	२१	२७
५	आधारभूत कार्य	सै+व्या	११	३९	५०
५.१	नदीको प्रवाहको (River Hydrology) रेखाचित्र	सै+व्या	६	१९	२५
५.२	डोरी गाँठो निर्माण	सै+व्या	५	२०	२५
६	संकेत चिन्हहरुको प्रयोग/ सांकेतिकरण		३	१२	१५
७	पौडी कला		४	२८	३२
८	डुङ्गा र काइक संचालन		४	२८	३२
९	पेडल कमाण्ड		६	१८	२४
१०	आपतकालिन व्यवस्थापन		३	१८	२१
११	च्याफिटङ्ग उद्धार		४	२०	२४
१२	मर्मत संभार		८	३०	३८
१३	पेशागत विकास तथा उच्चमशीलता विकास				
१३.१	पेशागत विकास	सै+व्या	७	१४	२१
१३.२	उच्चमशीलता विकास	सै+व्या	१८	२२	४०
	कुल जम्मा		९६	२९४	३९०

मोड्यूल १ : पेशागत परिचय

समय : ६ घण्टा (सै) = ६ घण्टा

पाठ्यविवरण : यस मोड्यूलमा डुङ्गा/कायक चालकको परिचय, पेशाको महत्व, वर्तमान अवस्था र पेशागत भविष्य समावेश गरिएको छ।

उद्देश्य :

- स्वीमिङ्ग तथा व्यापिटिङ्ग कला/ विधाको अवधारणा बोध गर्न।

विषयवस्तु:

- डुङ्गा/कायक
 - परिभाषा
 - प्रकार
 - नेपालमा डुङ्गा/कायक इतिहास
 - डुङ्गा/कायक चालकका विशेषता
 - काम, कर्तव्य र भूमिका
 - पेशागत अवसर र चुनौती
- लाइसेन्स प्राप्ति
- नीतिगत तथा कानुनी व्यवस्थाहरु
- बन्दोबस्ती
 - परिभाषा
 - किसिम
 - तयारी
- नदीको प्रवाह
 - नदीको प्रवाहको रेखाचित्र
 - नदीका किसिम
 - नदीका संकेत
 - जोखिम
 - सुरक्षा सावधानी
- डोरी
 - प्रकार
 - गुणस्तर
 - प्रयोग
- संकेत चिन्हहरु
 - परिचय
 - किसिम
 - प्रयोग
- डुंगा /काइक
 - परिभाषा
 - किसिम
 - जोखिम
 - सुरक्षा सावधानी
- प्रयोग हुने औजार, उपकरणहरु
- आपतकालिन अवस्थाहरु
- उद्धार गर्ने संस्था र प्रक्रिया

मोड्यूल २ : पेशागत स्वास्थ्य र सुरक्षा

समय : ११ (सै) + २६ घण्टा (प्र) = ३७ घण्टा

पाठ्यविवरण : यस मोड्यूलमा दुईवटा सब मोड्यूलहरू च्याफ्टिड गर्दा अपनाउनु पर्ने सुरक्षा तथा सावधानी र प्राथमिक उपचार समावेश गरिएको छ ।

उद्देश्य :

- १ पेशागत सुरक्षा तथा सावधानी अपनाउनु ।
- २ प्राथमिक उपचार गर्ने ।

सब मोड्यूलहरू:

- ३ पेशागत सुरक्षा तथा सावधानी अपनाउने ।
- ४ प्राथमिक उपचार गर्ने ।

मोड्यूल २.१ : पेशागत सुरक्षा/सावधानी

समय : ६ (सै) + १० घण्टा (प्र) = १६ घण्टा

पाठ्य विवरण : यस मोड्यूलमा व्याफ्टिड गर्दा अपनाउनु पर्नेको सुरक्षा तथा सावधानी अपनाउन गर्नुपर्ने कार्यसँग सम्बन्धित आवश्यक ज्ञान सीपहरू समावेश गरिएको छ ।

उद्देश्य :

- सुरक्षाका उपायहरू अपनाउन ।

कार्यहरू:

१. व्यक्तिगत सुरक्षा/तैरिने उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
२. यात्रुको अभिलेख राख्ने ।
३. यात्रुको सुरक्षा गर्ने ।
४. बहुमूल्य नगद तथा जिन्सी सामग्रीहरूको सुरक्षा गर्ने ।
५. क्याम्पको सुरक्षा गर्ने ।
६. जनावरबाट सुरक्षा गर्ने ।
७. औजार उपकरण सामग्रीको सुरक्षा गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

व्यावहारिक : १ घण्टा

कूल समय : २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task): १. व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण प्रयोग गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्यहरू (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३ निम्न सुरक्षा उपकरणहरूको प्रयोग विधि प्रदर्शन गर्ने:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● PFD(Personal Flotation Device), ● Wet suit, ● Dry suit, ● Sun glass, ● Neoprene Gloves, Helmet, ● Foot wear <p>४ बैकल्पिक सुरक्षा उपायहरू प्रयोग गर्ने ।</p> <p>५ सुरक्षा उपकरणहरूको मर्मत संभार गर्ने ।</p> <p>६ सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाउने ।</p> <p>७ कार्यसम्पादन अभिलेख राख्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● प्रशिक्षण कक्ष/कार्यस्थल ● व्यक्तिगत सुरक्षा सम्बन्धी उपकरणहरू <p>कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● व्यक्तिगत सुरक्षा/तैरने उपकरण प्रयोग गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएको । ● PPE/PFD का उपकरणहरू प्रयोग गरी काम गरेको । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाइएको । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<p>व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (PPE):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय र प्रयोग । ● प्रकार । ● कारणहरू । ● सुरक्षार सावधानीहरू । ● कार्यस्थल, औजार, उपकरणको सरसफाई विधि । ● मर्मत सम्भार ● औजार, उपकरण र सामग्रीहरूको भण्डारण विधि ● कार्यसम्पादनको अभिलेख राख्ने विधि ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

PFD(Personal Flotation Device), Wet suit, Dry suit, Sun glass, Neoprene Gloves, Helmet, Foot wear, whistle, throw bag, River knife .

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षाका उपकरणहरू प्रयोग गर्नु भन्दा पहिले प्रशिक्षक प्रदर्शनी प्रत्यक्षीकरण गर्ने ।
- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (पानीमा तैरने) प्रयोग गर्ने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

सैद्धान्तिक : १ घण्टा
प्रयोगात्मक: २ घण्टा
कुल समय : ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) २. यात्रुको अभिलेख राख्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ अभिलेख राख्नु पर्ने कुराहरू समावेश गरी अभिलेख फम तयार गर्ने । ४ यात्रु सँग सोधपुछ गर्ने र विवरण भर्ने । ५ यात्रु सँग परिचय खुल्ने वैज्ञानिक कागजपत्र माग्ने । ६ यात्रुले उपलब्ध गराएको विवरण चेक गर्ने । ७ अभिलेख फमको अन्त्यमा यात्रुलाई सहिछाप गराउने । ८ अभिलेख फमको परिचय पत्रको फोटोकपी सुरक्षित राख्ने । ९ यात्रुको पूर्ण विवरण राख्ने । १० विवरण भेरिफाइ गर्ने । ११ कबुलियत नामा (Risk Form) बनाई सहिछाप गराउने १२ सम्बन्धित सुरक्षा निकायलाई यात्रुको अभिलेख उपलब्ध गराउने । १३ कार्यसम्पादन अभिलेख राख्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> सम्पर्क कार्यालय, प्रशिक्षण कक्ष/कार्यस्थल औजार उपकरण र सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> यात्रुको अभिलेख राख्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> यात्रुको नाम, ठेगाना र पासपोर्ट नं टिपेको । यात्रुको सम्पर्क नः र बैकल्पिक सम्पर्क व्यक्तिको विवरण राखेको । यात्रुको आवश्यक कागतजावत को फोटोकपी राखेको । कबुलियतनामा (Risk Form) बनाई सहिछाप गराएको । 	<p>यात्रुको अभिलेख</p> <ul style="list-style-type: none"> अभिलेखको परिचय महत्व अभिलेख राख्ने ढांचा कबुलियतनामा (Risk Form) को ढांचा सोधपुज गर्ने तरिका वैज्ञानिक कागजपत्रहरू कार्य सम्पादनको अभिलेख राखिएको

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

नोट प्याड, कलम, अभिलेखको ढांचा, कबुलियतनामा (Risk Form) को ढांचा, आवश्यकता आवश्यक विद्युतीय उपकरणहरू आदि ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):-

- सोधपुछ गर्दा सभ्य भाषामा नम्रतापूर्वक सोध्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

प्रयोगात्मक: २ घण्टा

कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ३. यात्रुको सुरक्षा गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ यात्रुलाई सुरक्षा निर्देशन दिने । ४ सुरक्षाको औजार उपकरण प्रयोग विधि बुझाउने । ५ सुरक्षा उपकरण प्रयोग गर्न लगाउने । ६ आवश्यक सुरक्षात्मक डेमो गरी देखाउने । ७ टेन्ट सुरक्षित स्थानमा बनाउने । ८ तोकिएको मानक अनुसारका खाना तथा पेय पदार्थ मात्र खाने /खान लगाउने । ९ अपरिचित व्यक्तिले दिएको नखाने तथा कुनै किसिमको सम्बन्ध नराख्ने । १० यात्रा अवधिभर सुरक्षा निर्देशन दिइरहने । ११ प्रचलित कानून विपरितका कार्यहरू नगर्ने । १२ प्राथमिक उपचारका सामग्री साधनहरू तयारी अवस्थामा राख्ने । १३ सुरक्षा निकाय तथा उद्धार टोलीसँग नियमित सम्पर्कमा रहने । १४ घटना उद्धार योजना बनाउने । १५ कार्यसम्पादनको अभिलेख राख्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> सम्पर्क कार्यालय, प्रशिक्षण कक्ष / कार्यस्थल औजार उपकरण र सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> यात्रुको सुरक्षा गर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> सुरक्षित निर्देशन सबै यात्रुलाई स्पष्टसँग बुझाउने । सुरक्षाको उपकरण तोके अनुकार मिलाउने । वाढी, पैदो नलाग्ने सुरक्षित स्थानमा टेन्ट बनाएको । सुरक्षित निर्देशनहरू राम्रोसँग पालना गर्ने । सुरक्षाकर्मी सँग सम्बन्धित निकायहरूको सम्पर्क नं. साथमा भएको । 	यात्रुको सुरक्षा <ul style="list-style-type: none"> परिचय आवश्यकता यात्रु <ul style="list-style-type: none"> परिभाषा प्रकार यात्रुको सुरक्षा मानक यात्रुको सुरक्षा विधि सुरक्षा उपकरणको परिचय सुरक्षाकर्मीसँग सम्बन्धित निकायहरूको घटना भए उद्धार योजना प्राथमिक उपचार प्राथमिक उपचारका सामग्री तथा (First aid box)

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू (PFD(Personal Flotation Device), हेल्मेट, डोरी, खाद्यान्न, पेय पदार्थ, टेन्ट, लौरो, (First AID Box)

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा निर्देशन पालना गर्ने ।
- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- यात्रा अवधिभर कम्पनीको नियम तथा गाइड कमाण्ड शतप्रतिशत पालना गर्नुपर्ने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

सैद्धान्तिक : १ घण्टा
प्रयोगात्मक: १ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४. बहुमूल्य नगद तथा जिन्सी सामग्रीहरूको सुरक्षा गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ यात्रुलाई सुरक्षाको निर्देशन दिने । ४ नगत, जिन्सी सामग्रीहरूको अभिलेख राखी अधिलेख अनुसार भए नभएको एकिन गर्ने । ५ नगत, जिन्सी सामग्रीहरूका सुरक्षाको लागि जिम्मेवार तोक्ने । ६ नगत, जिन्सी सामग्रीहरूका सुरक्षाको स्थानमा राख्ने । ७ अति आवश्यकीय गहना/पैसा मात्र साथमा राख्ने । ८ संभावित चोरी हुनसक्ने स्थान तथा व्यक्तिबारे सचेत गर्ने गराउने । ९ चोरी हुनबाट बच्न सुरक्षित स्थानमा टेन्ट बनाउने । १० तोकिएको मापदण्ड अनुसारका खाना तथा पेय पदार्थ मात्र खाने ,खान लगाउने ११ अपरिचित व्यक्तिले दिएको नखाने । १२ सुरक्षा निकाय तथा उद्धार टोलीसँग नियमित सम्पर्कमा रहने । १३ कार्यसम्पन्न भएपश्चात् नगत, जिन्स सामग्रीहरू सम्बन्धित व्यक्तिलाई सहि छाप गरी बुझाउने । १४ कार्यसम्पादन अभिलेख राख्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> सम्पर्क कार्यालय, प्रशिक्षण कक्ष/कार्यस्थल औजार उपकरण र सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> बहुमूल्य गहना/पैसाको सुरक्षा गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> बहुमूल्य सामानको अभिलेख राखेको बहुमूल्य सामग्री सहि स्थानमा राखेको सुरक्षाको जिम्मेदार तोकेको अति आवश्यकीय गहना/पैसा मात्र साथमा राखेको । संभावित चोरी हुनसक्ने स्थान तथा व्यक्तिबारे सचेत रहेको । सुरक्षित स्थानमा टेन्ट बनाएको । 	<p>बहुमूल्य गहना/पैसा</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय बहुमूल्य गहना/पैसाको सुरक्षा विधि र मानक सुरक्षा सावधानी सुरक्षा जिम्मेवारीको जवाफदेहिता अधिलेखकरण गर्न हुने र नहुने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू , अभिलेखकरण फारम

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- यात्रा अवधिभर यात्रुले बहुमूल्य गहना/पैसा साथमा नराख्ने ।
- यात्रामा जाँदा COVID-19 Test गरेको Negative Report तथा स्वस्थ र आकस्मिक दुर्घटना र उद्धारको लागि विमा गरिएको हुनुपर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : १ घण्टा
प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा
कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ५. क्याम्पको सुरक्षा गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३ यात्रुलाई सुरक्षा निर्देशन दिने ।</p> <p>४ बाढी, पैदो तथा चोरी नहुने समतल स्थानमा क्याम्प बनाउने ।</p> <p>५ संचार सम्पर्क हुने ठाउँमा क्याम्प बनाउने ।</p> <p>६ मानिस वा जनावरले भत्काउन नसक्ने गरी बलियो सँग टेन्ट बनाउने ।</p> <p>७ क्याम्पमा पर्याप्त उज्यालो वा प्रकाशको व्यवस्था मिलाउने ।</p> <p>८ मानिस तथा जंगली जनावरबाट बच्न क्याम्प वरपर सुरक्षाबारे लगाउने वा डिउटी राख्ने ।</p> <p>९ क्याम्पमा आगोको प्रयोग गर्दा विशेष सावधानी अपनाउने र क्याम्प छोड्दा पूर्ण रूपमा आगो निवाउने ।</p> <p>१० मदक पदार्थ सेवन नगर्ने ।</p> <p>११ अपरिचित व्यक्तिलाई क्याम्प भित्र पस्न निषेध गर्ने ।</p> <p>१२ महिला यात्रुलाई पुरुष भन्दा पर सुरक्षित टेन्टमा राख्ने ।</p> <p>१३ नजिकको सुरक्षा निकाय वा सम्पर्क व्यक्तिको सम्पर्क नं राख्ने र यात्रुलाई पनि राख्न दिने ।</p> <p>१४ सुरक्षा निकाय तथा उद्धार टोलीसँग नियमित सम्पर्कमा रहने ।</p> <p>१५ कार्य सम्पादन अभिलेख राख्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> सम्पर्क कार्यालय, प्रशिक्षण कक्ष/क्याम्पिङ साइट औजार उपकरण र सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> क्याम्पको सुरक्षा गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> सुरक्षित स्थान छनौट गरेको । यात्रुलाई सुरक्षा निर्देशन दिउको बाढी, पैदो तथा चोरी नहुने समतल स्थानमा पर्याप्त प्रकाश आउने क्याम्प बनाएको । क्याम्प वरपर सुरक्षाबार लगाएको । अपरिचित व्यक्तिलाई क्याम्प भित्र पस्न निषेध गरेको । पुरुष र महिला यात्रुलाई छुट्टाछुट्टै सुरक्षित राखेको । सुरक्षा निकाय तथा उद्धार टोलीसँग नियमित सम्पर्कमा रहेको । 	<p>क्याम्पको सुरक्षा</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय आवश्यक सामग्री ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू सुरक्षित स्थानको कुराहरू आपतकालीन समय क्याम्प परिचय प्रकार स्थान छनौट गर्ने आधार सुरक्षित बार लगाउने तरिका

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू टेन्ट राख्ने र काट्ने स्थान बक्ती , डोरी, खाद्यान्न, पेय पदार्थ, लौरो, औषधिहरू

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- अपरिचित व्यक्तिलाई प्रवेश नदिने ।
- सुरक्षा निर्देशनलाई पूर्ण पालना गर्ने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ६. जनावरबाट सुरक्षा गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ यात्रुलाई सुरक्षा निर्देशन दिने । ४ यात्रा गर्ने र बास बस्ने स्थानबारे हिस्ट्री/जानकारी लिने । ५ समतल र टाढा-टाढासम्म देख्न सकिने उच्च स्थानमा क्याम्प बनाउने । ६ मानिस वा जनावरले भत्काउन नसक्ने गरी बलियोसँग टेन्ट बनाउने । ७ क्याम्प वरपर सुरक्षा बार लगाउने । ८ क्याम्पमा पर्याप्त उज्यालो वा प्रकाशको व्यवस्था मिलाउने । ९ कानूनले बर्जित गरेका हतियार बाहेक सामान्य हतियार साथमा राख्ने । १० गीत संगीतगाउने बजाउने । ११ क्याम्प वरपर खाना नफाल्ने । १२ सुरक्षा निकाय तथा उद्धार टोलीसँग नियमित सम्पर्कमा रहने । १३ प्राथमिक उपचारका सामग्री तयारी अवस्थामा राख्ने । १४ कार्य सम्पादन अभिलेख राख्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> क्याम्पिङ साइट औजार उपकरण र सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> जनावरबाट सुरक्षा गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> समतल र टाढा-टाढासम्म देख्न सकिने उच्च स्थानमा क्याम्प बनाएको । क्याम्प वरपर आवश्यक सुरक्षा व्यवस्था मिलाउने । यात्रुलाई सुरक्षा विषयमा बताइदिएको प्राथमिक उपचारका सामग्री तयारी अवस्थामा राखेको क्याम्पमा पर्याप्त उज्यालो वा प्रकाशको व्यवस्था मिलाएको । सुरक्षाका लागि बैधानिक हतियार साथमा राखेको । क्याम्प वरपर खाना नफालेको । सुरक्षा निकाय तथा उद्धार टोलीसँग सम्पर्कमा रहेको । 	<p>जनावरबाट सुरक्षा</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय आवश्यकता सुरक्षित स्थानको छनौट सुरक्षा सर्तकता <p>जनावर</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय प्रकार जमीन तथा पानीमा बस्ने हिंस्रक प्राणी घातक तथा जंगली जनावरहरू जनावरबाट सुरक्षित रहने तरिका निषेधित हतियार बैधानिक हतियार

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू, प्राथमिक बैज्ञानिक हतियार, डोरी, टर्च बत्ती, डोरी, बलियो टेन्ट, लौरो,

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- कानूनले बर्जित गरेको हतियारहरू साथमा नराख्ने ।
- यात्रा अवधिभर लागू औषध एवं मद्यपान गर्न नपाइने ।

मोड्यूल : २.२. प्राथमिक उपचार

समय : ५ (सै) १५ घण्टा (प्र) = २० घण्टा

पाठ्यविवरण : यस सब मोड्यूलमा ज्याफिटड गर्ने कममा यात्रु तथा पर्यटकहरुलाई हुनसक्ने दुर्घटना वा बिरामीको प्राथमिक उपचार गर्नका लागि आवश्यक पर्ने ज्ञान सीपहरु समावेश गरिएको छ ।

उद्देश्य :

- प्राथमिक उपचार सेवा दिने ।

बिषय बस्तु:

१. पानीमा डुबेकालाई प्राथमिक उपचार गर्ने ।
२. काटेको वा घाउचोट लागेकोमा प्राथमिक उपाचर गर्ने ।
३. बेहोश भएकालाई प्राथमिक उपचार गर्ने ।
४. हाइपोथर्मिया (Hypothermia)को प्राथमिक उपचार गर्ने ।
५. हाइपरथर्मिया (Hyperthermia) को प्राथमिक उपचार गर्ने ।
६. एलर्जीको प्राथमिक उपचार गर्ने ।
७. फ्याक्चरमा काम्रो बाँध्ने ।
८. कीरा वा जनावरले टोकेमा प्राथमिक उपचार गर्ने ।
९. CPR(Cardiopulmonary Resuscitation) दिने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

सैद्धान्तिक : १ घण्टा
प्रयोगात्मक: ३ घण्टा
कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) २.२.१. पानीमा डुबेकालाई प्राथमिक उपचार गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ पानीबाट निकालेर सुरक्षित स्थानमा राख्ने । ४ श्वास प्रश्वास (ABC) जाँच गर्ने । ५ श्वास नभए पल्स जाँच गर्ने । ६ पल्स पनि नभए CPR दिने । ७ विरामीलाई उत्तानो पारेर सुताउने । (Head up ,chin lift Position) ८ विरामीको मुखमा केही अड्किएको भए निकाल्ने । ९ हेड टुटो शारिरिक जाँच गर्ने । १० प्राथमिक उपचार पछि विरामीलाई कोल्टो पारेर सुताउने । ११ सम्बन्धित निकायहरू (सम्पर्क कार्यालय, उद्धार टोली, यात्रुका आफन्त/सम्पर्क व्यक्तिलाई खबर गर्ने । १२ विरामीलाई धेरै हलचल नगराई स्ट्रेचरमा राखी Cervical collar लगाइदिने । १३ विरामीलाई बाक्लो कपडाले ढाकी न्यानो पारेर राख्ने । १४ आवश्यकता अनुसार अक्सिजन दिने । १५ शरीरमा चोटपटक लागेको भए प्राथमिक उपचार गर्ने । १६ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १७ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> ● पानीमा डुबेका लाई प्राथमिक उपचार गर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> ● विरामीलाई पानी बाट निकालेर सुरक्षित स्थानमा उत्तानो पारेर राखेको । ● विरामीको मुखमा भएको वस्तु निकालेको । ● ABC चेक गरेको । ● हेड टु टो शारिरिक जाँच गरेको । ● विरामीलाई बाक्लो कपडाले ढाकीन्यानो पारेर राखेको । ● प्राथमिक उपचार पछि विरामीलाई कोल्टो पारेर सुताएको । 	पानीमा डुबेकालाई प्राथमिक उपचार <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● शारिरिक जाँचगर्ने तरिका ● पानीमा डुबेकालाई गर्ने उपचार विधि ● श्वास प्रश्वास जाँच विधि ● पल्स जाँचगर्ने विधि ● CPR दिने विधि ● स्थित पारी स्टेचरमा राख्ने तरिका

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

अक्सिमिटर, मोवाइल, स्ट्रेचर, कपडा, प्राथमिक उपचार बक्स

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- जबरजस्ती पेट थिचेर पानी ननिकाल्ने ।
- विरामीलाई घोटो पारेर नराख्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा

कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) २.२.२. काटेको वा घाउचोट लागेकोमा प्राथमिक उपचार गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३ प्राथमिक उपचार गर्नु अघि साबुन पानीले राम्ररी हातधुने ।</p> <p>४ हातमा सर्जिकल पञ्जा लगाउने ।</p> <p>५ रगत बगिरहेको भए सर्वप्रथम रगत रोक्ने विधि अपनाउने ।</p> <p>६ रगत बरन रोकिएपछि घाउलाई बेटाडिन पानीले सफा गर्ने ।</p> <p>७ घाउमा एन्टीबायोटिक Ointment मल्लम लगाउने ।</p> <p>८ संक्रमण हुनबाट बचाउन घाउ लाई पट्टी ले बाँध्ने ।</p> <p>९ पट्टी बाँधेको घाउबाट रगत बगिरहेको भए हातले प्रेसर दिएर रोकी फेरि पट्टी बाँध्ने ।</p> <p>१० प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>११ कार्यको अभिलेख राख्ने ।</p>	<p>अवस्था(Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यस्थल/क्याम्पिङ साइट औजार, उपकरण र सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> काटेको वा घाउचोट लागेकोमा प्राथमिक उपचार गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> प्राथमिक उपचार गर्नुअघि साबुन पानीले राम्ररी हात धोएको । रगत बगिरहेको वा काटेको भागलाई सर्वप्रथम रगत रोक्ने विधि अपनाएको । घाउलाई बेटाडिन पानीले सफा गरेको । संक्रमण हुनबाट बचाउन घाउमा पट्टी बाँधेको । 	<p>काटेको वा घाउचोट लागेकोमा प्राथमिक उपचार</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय शारिरिक जाँच गर्ने तरिका घाउ सफा गर्ने विधि घाउ सफा गर्ने औजार, उपकरण सामग्रीहरू बगिरहेको रगत रोक्ने विधि घाउलाई पट्टी बाँध्ने विधि । प्राथमिक उपचार बक्समा हुनुपर्ने सामग्रीहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

मोवाइल, स्ट्रेचर, कपडा, प्राथमिक उपचार बक्स

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- अनाधिकृत रुपमा औषधिहरू नदीने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) २.२.३.. बेहोश भएकालाई प्राथमिक उपचार गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ पानी बाट निकालेर सुरक्षित स्थानमा राखी उत्तानो पारेर सुताउने । ४ विरामीको शरीरमा भिजेका कपडा भए फुकालेर बाक्लो कपडाले ढाकी न्यानो पारेर राख्ने । ५ श्वास प्रश्वास जाँच (Airway, Breathing, Circulation) गर्ने । ६ खुट्टालाई टाउको भन्दा १०,१२ इन्च माथि पारेर राख्ने । ७ हेड टु टो शारिरिक जाँच गर्ने । ८ शरीरमा चोटपटक लागेको भए प्राथमिक उपचार गर्ने । ९ श्वासन भए पल्स जाँच गर्ने । १० आवश्यक परेमा CPR दिने । ११ श्वास फेर्न गाढो भए टाउकोलाई खुट्टाभन्दा ८,१० इन्च माथि पारेर राख्ने । १२ विरामीले बान्ता गरेमा घांटीमा केही अड्किएको छ कि जाँच गर्ने । १३ विरामीलाई पानी नखुवाउने । १४ सम्बन्धित निकायहरू (सम्पर्क कार्यालय, उद्धार टोली, यात्रुका आफन्त/सम्पर्क व्यक्तिलाई खबर गर्ने । १५ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १६ कार्यसम्पादन अभिलेख राख्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यस्थल/क्याम्पङ्ग साइट औजार, उपकरण र सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> बेहोश भएकालाई प्राथमिक उपचार गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> विरामीको शरीरमा भएका भिजेका कपडा फुकालेर बाक्लो कपडाले ढाकी न्यानो पारेर राखेको । श्वास प्रश्वास जाँच गरेको । हेड टु टो शारिरिक जाँचगरी प्राथमिक उपचार गरेको । 	<p>बेहोश भएकालाई प्राथमिक उपचार</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय शारिरिक जाँच गर्ने तरिका ABC जाँच गर्ने विधि CPR दिने विधि उपचार गर्ने औजार, उपकरण सामग्रीहरू प्राथमिक उपचार बक्समा हुनुपर्ने सामग्रीहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

अक्सिमिटर, मोवाइल,स्ट्रेचर, कपडा, प्राथमिक उपचार बक्स,

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- बेहोश भएका विरामीलाई खानेकुरा वा पानी नखुवाउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) २.२.४. हाइपोथर्मिया (Hypothermia) को प्राथमिक उपचार गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ बिरामीलाई सुरक्षित स्थानमा राखी उत्तानो पारेर सुताउने । ४ बिरामीको शरीरमा भिजेका कपडा भए फुकालेर बाक्लो कपडाले ढाकी न्यानो पारेर राख्ने । ५ बिरामीलाई तातो भोलिलो खानेकुरा खुवाउने । ६ हातखुट्टा रगडेर तातो पारिदिने । ७ श्वास प्रश्वास जाँच (Airway, Breathing, Circulation) गर्ने । ८ आगो वाहिटर बालेर बिरामीलाई न्यानो बनाउने । ९ न्यानो कपडा, आगो वाहिटर उपलब्ध नहुँदा अन्य व्यक्तिहरूको बीचमा राखी शरिर शरिर टाँसी न्यानो पार्ने । १० सम्बन्धित निकायहरू (सम्पर्क कार्यालय, उद्धार टोली, यात्रुका आफन्त/सम्पर्क व्यक्तिलाई खबर गर्ने । ११ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १२ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	<p>अवस्था(Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यस्थल/क्याम्पङ्ग साइट औजार, उपकरण र सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> Hypothermia को प्राथमिक उपचार गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> बिरामीको शरीरलाई बाक्लो कपडाले ढाकी न्यानो पारेर राखेको । बिरामीका हातखुट्टा रगडेर वा सेकेर तातो पारेको । बिरामीलाई तातो भोलिलो खानेकुरा खुवाएको । 	<p>हाइपोथर्मियाको प्राथमिक उपचार</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय किसिम श्वास प्रश्वास जाँच विधि बिरामीलाई तातो पार्ने विधि प्राथमिक उपचार गर्ने औजार, उपकरण सामग्रीहरू प्राथमिक उपचार बक्समा हुनुपर्ने सामग्रीहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

अक्सिमिटर, मोवाइल, स्ट्रेचर, कपडा, प्राथमिक उपचार बक्स

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- धुम्रपान वा मद्यपान गर्न नदीने ।
- बिरामीलाई चिसोबाट बचाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) २.२.५. हाइपरथर्मिया (Hyperthermia) को प्राथमिक उपचार गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिमकार्य सम्पादनउद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ बिरामीलाई सुरक्षित स्थानमा राखी उत्तानो पारेर सुताउने । ४ बिरामीको शरीरमा बाक्लो कपडा भए फुकालेर पातलो कपडाले ढाकी चिसो पारेर राख्ने । ५ बिरामीलाई चिसो भोलिलो खानेकुरा अथवा जीवन जल खुवाउने । ६ श्वास प्रश्वास जाँच (Airway, Breathing, Circulation) गर्ने । ७ छाहारीमा राखेर बिरामीलाई शितल बनाउने । ८ सम्बन्धित निकायहरू (सम्पर्क कार्यालय, उद्धार टोली, यात्रुका आफन्त/सम्पर्क व्यक्तिलाई खबर गर्ने । ९ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १० कार्यसम्पादन अभिलेख राख्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल/क्याम्पिङ साइट ● औजार, उपकरण र सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> ● Hyperthermia को प्राथमिक उपचार गर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> ● बिरामीको शरीरलाई पातलो कपडाले ढाकी चिसो पारेर राखेको । ● बिरामीलाई चिसो भोलिलो खानेकुरा अथवा जीवन जल खुवाएको । 	हाइपरथर्मियाको प्राथमिक उपचार <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● किसिम ● श्वास प्रश्वास जाँच विधि ● बिरामीलाई शितल पार्ने विधि ● प्राथमिक उपचार गर्ने औजार, उपकरण सामग्रीहरू ● प्राथमिक उपचार बक्समा हुनुपर्ने सामग्रीहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

अक्सिमिटर, मोवाइल, स्ट्रेचर, कपडा, प्राथमिक उपचार बक्स

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- धुम्रपान वा मद्यपान गर्न नदीने ।
- बिरामीलाई गर्मीबाट बचाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) २.२.६ एलर्जीको प्राथमिक उपचार गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ विरामीलाई सुरक्षित स्थानमा राखी आराम गराउने । ४ विरामीको शरीरको एलर्जी भएको भागमा hydrocortisone cream लगाइदिने । ५ एलर्जी भएको भाग सुन्तिको भए बरफले सेक्ने । ६ धेरै चिलाएको भए Antihistamine cream लगाइदिने । ७ धेरै एलर्जी छ भने जतिसक्दो छिटो अस्पताल पठाउने, खाने औषधि प्रयोग गर्ने । ८ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ९ कार्यको अभिलेख राख्ने । 	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल/क्याम्पिङ साइट ● औजार, उपकरण र सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● एलर्जीको प्राथमिक उपचार गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● एलर्जी भै सुन्तिको भएको भागमा बरफले सेकेको । ● चिलाएको भागमा Antihistamine cream लगाई दिएको । 	<p>एलर्जी</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● किसिम ● एलर्जी गराउने बस्तुहरू ● रोकथामका उपायहरू <p>प्राथमिक उपचार</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● किसिम ● श्वास प्रश्वास जाँच विधि ● प्राथमिक उपचार गर्ने औजार, उपकरण सामग्रीहरू ● प्राथमिक उपचार बक्समा हुनुपर्ने सामग्रीहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

अक्सिमिटर, मोवाइल, स्ट्रेचर, कपडा, प्राथमिक उपचार बक्स,

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- एलर्जी गराउने बस्तु प्रयोग नगर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा

कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) २.२.७. फ्याक्चरमा काम्रो बाँध्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ प्राथमिक उपचार गर्नुअघि साबुन पानीले राम्ररी हात धुने । ४ हातमा सर्जिकल पञ्जा लगाउने । ५ फ्याक्चर भएको भागलाई Stabilize गरी सुरक्षित स्थानमा राख्ने । ६ फ्याक्चर भएको भागमा काटेको वा घाउ लागेको भए घाउलाई सफा गरी पट्टी बाँध्ने । ७ फ्याक्चर भएको भागमा काम्रो (Splinter) बाँध्ने । ८ स्पाइनल इन्जोरी भएको अवस्थामा ब्याक बोर्डमा राख्ने । ९ घांटी मर्किएको भए Cervical collar प्रयोग गर्ने । १० धेरै दुखेमा दुखाई कमगर्ने औषधि खानदिने । ११ मर्किएको भाग सुन्निएको भए बरफले सेक्ने । १२ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १३ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	अवस्था(Situation): <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल/क्याम्पिङ साइट ● औजार, उपकरण र सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> ● फ्याक्चरमा काम्रो बाँध्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> ● काटेको घाउलाई सफा गरी पट्टी बाँधेको । ● फ्याक्चर भएको भागमा काम्रो (splinter) बाँधेको । ● सुन्निएको भागलाई बरफले सेकेको । 	फ्याक्चर <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● किसिम ● घाउलाई सफा गर्ने विधि ● सफा गर्ने औजार, उपकरण सामग्रीहरू ● काम्रो वापट्टीबाँध्नेविधि प्राथमिकउपचार <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● किसिम ● श्वास प्रश्वास जाँच विधि ● प्राथमिक उपचार गर्ने औजार, उपकरण सामग्रीहरू ● प्राथमिक उपचार बक्समा हुनुपर्ने सामग्रीहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

अक्सिमिटर, मोवाइल, स्ट्रेचर, कपडा, प्राथमिक उपचार बक्स, पट्टी

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- प्राथमिक उपचार गर्नु अघि साबुन पानीले राम्ररी हातधुने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) २.२.८. कीरा वा जनावरले टोकेमा प्राथमिक उपचार गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ विरामीलाई टोक्ने कीराको पहिचान गर्ने । ४ प्राथमिक उपचार गर्नुअघि साबुन पानीले राम्ररी हात धुने । ५ हातमा सर्जिकल पञ्जा लगाउने । ६ रगत बगिरहेको भए रगत रोक्ने विधि अपनाउने । ७ सुन्निएको भए बरफले सेक्ने । ८ टोकेको भागमा Hydrocortisone cream लगाइदिने । ९ टोकेको भागमा पट्टी बाँध्ने । १० धेरै दुखेमा दुखाइ कम गर्ने औषधि खानदिने । ११ पानीमा बस्ने जनावरले टोकेको भए घाउलाई तातो पानीमा डुबाएर राख्ने । १२ उद्धार टोलीवा सम्बन्धित निकायमा खबर गर्ने । १३ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १४ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यस्थल औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> कीरा वा जनावरले टोकेमा प्राथमिक उपचार गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> प्राथमिक उपचार गर्नुअघि साबुन पानीले राम्ररी हात धोएको । जनावरले टोकेपछि घाउलाई तातो पानीमा डुबाएर राख्न लगाएको । 	<p>टोक्ने कीरा वा जनावर</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय किसिम टोकेको लक्षणहरू बरफले सेक्ने विधि उपचार विधि <p>प्राथमिक उपचार</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय किसिम श्वास प्रश्वास जाँच विधि प्राथमिक उपचार गर्ने औजार, उपकरण सामग्रीहरू प्राथमिक उपचार बक्समा हनुपर्ने सामग्रीहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

अक्सिमिटर, मोवाइल, स्ट्रेचर, कपडा, प्राथमिक उपचार बक्स,

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- लमो बाहुला भएको पूरै शरीर ढाक्ने गरी कपडा लगाउने ।
- टोक्ने खालका प्राणी वा कीरा भएको स्थानमा नजाने र तिनीहरूलाई नजिस्क्याउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा

कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) २.२.९. CPR (Cardiopulmonary Resuscitation) दिने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३ विरामीको जाँच गर्न सजिलो हुने गरी सुरक्षित स्थानमा राख्ने ।</p> <p>४ विरामीको रेस्पान्सीभनेस चेक गर्ने ।</p> <p>५ श्वास प्रश्वास जाँच- Airway, Breathing, Circulation) गर्ने ।</p> <p>६ श्वास नभए पल्स जाँच गर्ने ।</p> <p>७ पल्स छैन भने CPR दिने ।</p> <p>८ CPR दिनुअघि विरामी बेहोश छ भन्ने यकिन गर्ने ।</p> <p>९ विरामीलाई उत्तानो पारेर सुताउने ।</p> <p>१० विरामीको छातीबाट कपडा हटाउने ।</p> <p>११ CPR दिने व्यक्ति घुंडा टेकेर बस्ने ।</p> <p>१२ विरामीको छातीमा दुई निष्पलको बीच दबेको भागमा एक माथि अर्को हात राख्ने ।</p> <p>१३ प्रति मिनेट दुई चक्र ३० का दरले थिच्ने ।</p> <p>१४ ३० पटक थिचेपछि २ पटक कृत्रिम श्वास दिने ।</p> <p>१५ २ मिनेटमा ५ चक्र पूरा हुने गरी CPR दिने ।</p> <p>१६ बालबालिकालाई CPR दिनपरेमा चोरी र साहिंली औलाले छातीको बीचमा प्रतिमिनेट १०० पटकका दरले थिच्ने ।</p> <p>१७ १५पटक थिचेपछि २ पटक कृत्रिम श्वास दिने</p> <p>१८ सम्बन्धित निकायहरू (सम्पर्क कार्यालय, उद्धार टोली, यात्रुका आफन्त/सम्पर्क व्यक्तिलाई खबर गर्ने ।</p> <p>१९ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>२० कार्यको अभिलेख राख्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल/क्याम्पिङ साइट ● औजार, उपकरण र सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● CPR (Cardiopulmonary Resuscitation) दिने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● विरामीलाई उत्तानो पारेर सुताएको । ● CPR दिने व्यक्तिघुंडा टेकेर बसेको । ● विरामीको छातीमा दुई निष्पलको बीचदबेको भागमा एक माथि अर्को हात राखेर प्रतिमिनेट दुई चक्र ३० का दरले थिचेको । ● २ मिनेटमा ५ चक्र पूरा हुने गरी CPR दिएको । 	<p>CPR</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● सि पिआर दिने विधि ● सि पिआर दिँदा प्रयोग हुने औजार, उपकरण सामग्रीहरू <p>प्राथमिक उपचार</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● किसिम ● रेस्पान्सीभनेस चेक जाँच विधि ● श्वास प्रश्वास जाँच विधि ● प्राथमिक उपचार गर्नेऔजार, उपकरण सामग्रीहरू ● प्राथमिक उपचार बक्समा हुनुपर्ने सामग्रीहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

अक्सिमिटर, मोवाइल, स्ट्रेचर, कपडा, प्राथमिक उपचार बक्स, CPR Mask

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- CPR & First Aid तालीम लिएको व्यक्तिले मात्र CPR दिने ।
- महिलाको गोपनीयता कायम गर्ने ।
- CPR दिँदा छातीको हाड वा करडमा दवाव नदीने ।

मोड्यूल ३ : आधारभूत औजार उपकरण र सामग्रीहरू

समय : ६ (सै) + = १८ (प्र) = २४ घण्टा

पाठ्यविवरण : यस मोड्यूलमा दुईवटा सबमोड्यूलहरू समावेश छन् जसमा व्याफिटङ्ग गर्दा आवश्यक पर्ने औजार, उपकरण र सामग्रीहरूको पहिचान, प्रयोग तथा जाँच परीक्षण गर्न आवश्यक पर्ने ज्ञान र सीपहरू समावेश गरिएको छ ।

उद्देश्य :

- औजार, उपकरण र सामग्रीहरूको पहिचान तथा प्रयोग गर्ने ।
- औजार, उपकरण र सामग्रीहरूको जाँच/परीक्षण गर्ने ।

सबमोड्यूलहरू :

- औजार, उपकरण र सामग्रीहरूको पहिचान तथा प्रयोग गर्ने ।
- औजार, उपकरण र सामग्रीहरूको जाँच/परीक्षण गर्ने ।

सवमोड्यूल ३.१: आधारभूत औजार उपकरण र सामग्रीहरू

समय : १ घण्टा (सै) + ५ घण्टा (ब्या) = ६ घण्टा

पाठ्यविवरण : यस मोड्यूलमा स्विमिड तथा ज्याफिटड कार्यमा प्रयोग हुने आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू पहिचान तथा प्रयोग गर्ने कार्यसँग सम्बन्धित आवश्यक ज्ञान सीपहरू समावेश गरिएको छ ।

उद्देश्य :

- औजार, उपकरण र सामग्रीहरू पहिचान गर्न ।
- औजार, उपकरणहरूको प्रयोग गर्न ।

कार्यहरू:

- १ औजार, उपकरण र सामग्रीहरू पहिचान गर्ने ।
- २ औजार, उपकरणहरूको प्रयोग गर्ने ।

क्र.स.	औजार उपकरण तथा सामग्रीहरू	क्र.स.	औजार उपकरण तथा सामग्रीहरू
१	Raft, Kayak	२	Oar paddle
३	Oar Frame set	४	Tent set
५	D ring	६	Dry bag, throw bag
७	Paddle top	८	pump set
९	PFD(Personal Flotation Device), Wet suit, Dry suit, Sun glass, Neoprene Gloves, Helmet, Foot wear	१०	Wet suit, Life Jacket, Water shoe) buoyancy aids, PFD
११	Cutting knife	१२	Rabits
१३	Static rope (8 to 12 mm)	१४	Pittons
१५	prusik rope	१६	Bolt
१७	Harness(sit)	१८	Ascender/descender
१९	Harness(chest)	२०	Jumper
२१	Carabineer(screw)	२२	Milton
२३	Carabineer (snap gate)	२४	T-block
२५	Figure 8	२६	VT Prusik
२७	pully (single/ double)	२८	Hammer
२९	Tape ceiling	३०	Hand drill
३१	webbing	३२	Gri gri – belay device

मोड्यूल ३.२. औजार उपकरणहरुको जाँच र तयारी

समय : ४ घण्टा (सै) १४ घण्टा (प्र) = १८ घण्टा

पाठ्यविवरण : यस मोड्यूलमा ज्याफ्टिड गर्ने उपकरण तथा किट बक्सको सामानको माग, जाँच तथा हस्तान्तरण गर्ने कार्यसँग सम्बन्धित आवश्यक पर्ने ज्ञान सीपहरु समावेश गरिएको छ ।

उद्देश्य :

- औजार उपकरणहरु कार्य अवस्था जाँच गर्न ।
- औजार उपकरणहरु कार्यक्षेत्रको लागि तयार गर्न ।

कार्यहरु:

- १ ज्याफ्टिड उपकरण जाँच गर्ने ।
- २ डुंगाको च्याम्बर हावा भर्ने ।
- ३ गेयर सेटहरु जाँच गर्ने ।
- ४ मर्मत किटको सामान जाँच गर्ने ।
- ५ प्राथमिक उपचार बक्सको सामान जाँच गर्ने ।
- ६ औजार उपकरण माग गर्ने ।
- ७ औजार उपकरण हस्तान्तरण गर्ने ।
- ८ औजार उपकरणहरु जाँच गर्ने/फेर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा

कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ६.१. च्याफ्टिड उपकरण जाँच गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सबम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ डूंगा वा च्याफ्टको अवस्था अवलोकन गर्ने । ४ च्याफ्टमा प्वाल परे नपरेको जाँची हावा लिक नभएको यकिन गर्ने । ५ च्याफ्टको लाइफ लाइन अवलोकन गरी ठीक भएको यकिन गर्ने । ६ सिट्टी, ड्राइव्याग, नाइफ, लाइफज्याकेट, हेल्मेट जाँच गरी प्रयोग योग्य भएको यकिन गर्ने । ७ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ८ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> • कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> • च्याफ्टिड उपकरण जाँच गर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> • च्याफ्टिड उपकरण कार्यावस्थामा रहेको । 	च्याफ्टिड उपकरण <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • प्रकार • उपकरण जाँच गर्नुपर्ने आवश्यकता • जाँच गर्ने विधि • ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- डूंगा वा च्याफ्ट, सिट्टी, ड्राइव्याग, नाइफ, PFD हेल्मेट

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- राफ्टिड उपकरणहरू सहि अवस्थामा रहेको यकिन गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ६.२. डुंगाको च्याम्बरमा हावा भर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ डुंगालाई समतल र सजिलो स्थानमा राख्ने । ४ डुंगामा भएका भेल स्प्रिड अवलोकन गरी ठीक भएको यकिन गर्ने । ५ पम्प जाँच गरी ठीक अवस्थामा भएको यकिन गर्ने । ६ डुंगाको भल्भमा हावा हालेर प्वाल परे नपरेको जाँच गर्ने । ७ हावाहाल्ने पम्पको वासर जाँच गर्ने । ८ डुंगाको च्याम्बरमा प्वाल परे नपरेको हावाहालेर जाँच गर्ने । ९ डुंगाको च्याम्बरमा भएको हावा हाल्ने भल्भमा पम्पको टुटी जोड्ने । १० पम्प तलमाथि गर्दै हावा भर्ने । ११ पहिले डुंगामा भएका प्रत्येक च्याम्बरमा हल्का हावा भर्ने । १२ भेल स्प्रिड टाइट गर्ने । १३ प्रत्येक च्याम्बरमा पूरा हावा भर्ने । १४ सबै च्याम्बरमा पूरा हावा भरिएको यकिन गर्ने । १५ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १६ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> ● डुंगाको च्याम्बरमा हावा भर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> ● डुंगामा भएका प्रत्येक च्याम्बरमा प्रर्याप्त हावा भरेको । 	डुंगाको च्याम्बर <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● हावा भर्ने विधि ● हावा भर्ने उपकरणको जानकारी ● ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

ज्याकेट, हेल्मेट, राफ्ट, रोप, कायक, प्याडल, ओर, पम्प, पेलिकन, प्याडल सेट, ओरसेट, ओरफेम सेट, टेन्ट सेट, पम्पसेट, काइक सेट, ड्राइव्याग, पोलिकन बक्स सेट, डुंगाको भल्भ, कस ट्युव, लाइफलाइन, डि रिड, प्याडलटप

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- पम्पको सही तरिकाले प्रयोग गर्ने ।
- प्रत्येक च्याम्बरमा पुर्ण हावा भर्ने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task ६.३. गेयर सेटहरू जाँच गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सबम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ गेयर सेटहरू जाँच गर्ने ४ हेल्मेटको क्लिप लाग्छ कि लाग्दैन जाँचगरी तयार पार्ने । ५ लाइफज्याकेट च्यातिइको वा क्लिप लाग्ने नलाग्ने जाँच गरी तयार पार्ने । ६ प्याडल भाँच्चिएको वा चर्केको भए नयाँ कार्यावस्थामा राख्ने । ७ प्याडल सेट,ओरसेट, बोरफेम सेट, टेन्ट सेट, पम्पसेट, काइक सेट, ड्राइव्याग, पोलिकन सेट डुंगाका भल्भ, कस ट्युव, लाइफलाइन, डि रिड प्याडल टप जाँचगरी कार्यावस्थामा राख्ने । ८ स्ट्राइप्स, हार्नेस च्यातिइको भए मर्मत गरी ठीक पार्ने । ९ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १० कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यस्थल औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> गेयर सेटहरू जाँच गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> प्याडल सेट, ओरसेट, बोरफेम सेट, टेन्ट सेट, पम्पसेट, काइक सेट, ड्राइव्याग, पोलिकन सेट डुंगाका भल्भ, कस ट्युव, लाइफ लाइन, डि रिड प्याडल टप कार्यावस्थामा भएको । 	<p>गेयर सेट</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय प्रकार जाँच गर्ने विधि ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

ज्याकेट, हेल्मेट, राफ्ट, रोप, कायक, प्याडल, ओर, पम्प, पोलिकन, प्याडल सेट, ओरसेट, बोरफेम सेट, टेन्ट सेट, पम्पसेट, काइक सेट, ड्राइव्याग, पोलिकन सेट डुंगाको भल्भ, कस ट्युव, लाइफ लाइन, डि रिड प्याडलटप

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- गेयर सेटहरू तयारी अवस्थामा राखिएको ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा

कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ६.४. मर्मत किटको सामान जाँच गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सबम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ स्कु ड्राइभर, सरेस पेपर, कैंची, पिलास, हेम्मर, डक टेप कार्यावस्थामा भएको यकिन गर्ने । ४ डेन्ड्राइड गमको मिति एक्स्पाएर भए नभएको जाँच गर्ने । ५ म्याद सकिएको भए नयाँल्याउने । ६ थप वासर राख्ने । ७ डुंगा टाल्ने डुंगा जस्तै सामान राख्ने । ८ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ९ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<u>अवस्था (Situation):</u> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <u>निर्दिष्ट कार्य (Task):</u> <ul style="list-style-type: none"> ● मर्मत किटको सामान जाँच गर्ने । <u>मानक (Standard):</u> <ul style="list-style-type: none"> ● मर्मत किटका सबै सामग्रीहरू दुरुस्त अवस्थामा रहेको । 	<u>मर्मत किट</u> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रकार ● हुनुपर्ने सामग्रीहरू ● सामान जाँच गर्ने विधि ● सामान जाँच गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

ज्याकेट, हेल्मेट, राफ्ट, रोप, कायक, प्याडल, ओर, पम्प, पेलिकन, प्याडल सेट, ओरसेट, बोरफेम सेट, टेन्ट सेट,

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- मर्मत किटका सबै सामग्रीहरू दुरुस्त अवस्थामा रहेको यकिन गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा

कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ६.५ प्राथमिक उपचार बक्सको सामान जाँच गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ प्राथमिक उपचार बक्स भित्रपट्टी/व्यान्डेज, कैची, टेप, पञ्जा, ह्याण्डप्लास्ट, बेटाडिन राख्ने । ४ टाउको दुख्दा, पेट दुख्दा, पखाला लाग्दा र एलर्जी हुँदा खाने औषधि राख्ने । ५ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ६ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● प्राथमिक उपचार बक्सको सामान जाँच गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● प्राथमिक उपचार बक्स भित्रपट्टी/व्यान्डेज, खकैची, टेप, पञ्जा, ह्याण्डप्लास्ट, बेटाडिन र अन्य आवश्यक औषधी रहेको । 	<p>प्राथमिक उपचार बक्स</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रकार ● बक्समा हुनुपर्ने सामग्रीहरू ● सामान जाँच गर्ने विधि ● सामान जाँच गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यान्डेज,कैची, टेप, पञ्जा, ह्याण्डप्लास्ट, बेटाडिन र अन्य आवश्यक औषधी

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- मिति सकिएका औषधि प्रयोग नगर्ने ।
- आवश्यक पर्ने सम्पूर्ण औषधीहरू प्राथमिक उपचार बक्समा राख्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा

कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ६.६. औजार उपकरण माग गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरूको लिष्ट तयार गर्ने ३ माग फारम भर्ने । ४ माग गरिएका औजार उपकरणहरू प्राप्त गर्ने । ५ माग गरिए बमोजिमको उपकरणहरू प्राप्त भएको रुजु गर्ने । ६ औजार उपकरणको कार्यावस्था जाँच गर्ने । ७ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ८ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● औजार उपकरण माग गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● माग फारममा माग गरिए बमोजिम औषधी उपचार प्राप्त गर्ने । 	<p>औजार उपकरण माग</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रकार ● माग फारमको ढाँचा ● माग फारम भर्ने तरिका ● ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

लिष्ट औजार, पिपिए, औषधी

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- आवश्यक पर्ने सम्पूर्ण औजार उपकरण माग गर्ने ।
- माग भएको औजार उपकरण सुरक्षित राख्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ६.७ औजार उपकरण हस्तान्तरण गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ चेकलिष्ट तयार गर्ने । ४ औजार उपकरण सम्बन्धित शाखामा बुझाउने । ५ बरवुभारथ फारममा हस्ताक्षर गर्ने । ६ हस्तान्तरण गरिएका सामग्रीको अभिलेख राख्ने । ७ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ८ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<u>अवस्था (Situation):</u> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <u>निर्दिष्ट कार्य (Task):</u> <ul style="list-style-type: none"> ● औजार उपकरण हस्तान्तरण गर्ने । <u>मानक (Standard):</u> <ul style="list-style-type: none"> ● आवश्यक पर्ने सम्पूर्ण औजार उपकरणहरू हस्तान्तरण गरी बरवुभारथ फारममा हस्ताक्षर गरेको । 	<u>औजार उपकरण हस्तान्तरण</u> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रकार ● काम ● हस्तान्तरण फारमको नमुना ● ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials): फस्ट एड बक्स, रिपेयर किट, टेन्ट, पि.पि.ई, क्याविनर, थ्रो-व्याक

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- हस्तान्तरण गरिएका औजार उपकरणको अभिलेख सुरक्षित राख्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा
कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ६.८ औजार उपकरणहरु जाँच गर्ने /फेर्ने ।

कार्य चरणहरु (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरु संकलन गर्ने । ३ रोप, Prusik Cord राम्रो सँग चेक गर्ने र केही भागमा ढुङ्गाको धारले खाएर उद्रेको छ भनि फेर्ने । ४ Harness को Strap, Buckle हरु राम्रो सँग हेर्ने । ५ PPE सेट राम्रो अवस्थामा छ कि छैन भने राम्रोसँग हेर्ने र टुट-फुट भएमा फेर्ने । ६ Carabiner, figure 8 खिइएको छ भने फेर्ने । ७ Rope Bag र Dry Bag मा प्वाल छ कि भनेर जाँच गर्ने । ८ क्यामपिङको सामानहरुको जाँच गरी मर्मत नहुने सामानहरु फेर्ने । ९ उद्धारमा प्रयोग हुने सामानको जाँच गर्ने । १० प्राथमिक उपचार बक्समा भएको औषधिको जाँच गरी मिति सकेको औषधिहरु फेर्ने । ११ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरु सफा गरी भण्डारण गर्ने । १२ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यस्थल औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरु <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> औजार उपकरणहरु तथा जाँच गर्ने / फेर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> PPE सेट, उद्धार सामग्रीहरु लगायत सम्पूर्ण सामानहरु कार्यावस्थामा भएको । 	<p>औजार उपकरण तथा सामग्रीहरु</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय औजार उपकरणका प्रकार औजार उपकरण चलाउनुंदाध्यान दिनुपर्ने कुराहरु

औजार उपकरण र सामग्रीहरु (Tools, Equipment and Materials):

- प्राथमिक उपचार बक्स, मर्मत किट बक्स, PPE सेट, Carabiner, figure 8, Rope Bag र Dry Bag

सुरक्षा/सावधानीहरु (Safety/Precautions):

- कार्यवस्था र उपयोग मिति भएका औजार तथा सामग्री मात्र प्रयोग गर्ने ।
- म्याद गुज्रेका औषधिहरु नराख्ने ।

मोड्यूल ४. बन्दोबस्ती व्यवस्थापन

समय : ६ घण्टा (सै), २१ घण्टा (प्र) = २७ घण्टा

पाठ्यविवरण : यस मोड्यूलमा ज्याफिटड कार्यक्रम संचालन गर्दा आवश्यक पर्ने खाना, यातायात, खर्च रकम तथा क्याम्पिङको बन्दोबस्ती मिलाउने कार्यसँग सम्बन्धित आवश्यक ज्ञान सीपहरू समावेश गरिएको छ ।

उद्देश्य :

- बन्दोबस्ती व्यवस्थापन गर्ने ।

कार्यहरू:

- १ सुरक्षा उपकरणको व्यवस्था गर्ने ।
- २ उद्धार सामग्रीको व्यवस्था गर्ने ।
- ३ यातायातको व्यवस्था गर्ने ।
- ४ खर्चको व्यवस्था गर्ने ।
- ५ मनोरञ्जन सामग्रीहरूको व्यवस्था गर्ने ।
- ६ असामान्य परिस्थितिको व्यवस्थापन गर्ने ।
- ७ क्याम्पिङ गर्ने स्थान छनोट गर्ने ।
- ८ क्याम्पिङको व्यवस्था गर्ने ।
- ९ टेन्ट खडा गर्ने ।
- १० खानाको व्यवस्था गर्ने ।
- ११ खर्चको अभिलेख राख्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.१. सुरक्षा उपकरणको व्यवस्था गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ पञ्जा, हेल्मेट, लाइफ ज्याकेट संकलन गर्ने । ४ क्यानोन रेस्क्यू सामग्री, प्राथमिक उपचार बक्स संकलन गर्ने । ५ टेन्ट वा सेल्टर, स्लिपिड व्याग म्याट्रेसको व्यवस्था गर्ने । ६ लाइट, कैची, ग्लू एक्स्ट्रा ओर रोप, खुकुरी टेन्ट रोप, टेन्ट किला, सेल्टर, म्याट, पम्प, मर्मत संभार किट बक्स जम्मा गर्ने । ७ कानून सम्मत हातहतियार जम्मा गर्ने । ८ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ९ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<p>अवस्था (Situation): कार्यस्थल औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू</p> <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● सुरक्षा उपकरणको व्यवस्था गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● पानी, रेस्क्यू सामग्री, प्राथमिक उपचार बक्स, लाइट, मर्मत संभार किट बक्स, टेन्ट वा सेल्टरको व्यवस्था गरेको । ● कानून सम्मत हातहतियार राखेको । 	<p>सुरक्षा उपकरणको व्यवस्था</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रकार ● प्रयोग विधि ● प्रयोग गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- PFD (Personal Floating Device)
- पञ्जा, हेल्मेट, पानी, रेस्क्यू सामग्री, प्राथमिक उपचार बक्स, टर्च, स्वीस नाइफ, लेदर म्यान, कैची, ग्लू, एक्स्ट्रा ओर रोप, खुकुरी टेन्ट रोप, टेन्ट किला, सेल्टर, म्याट, पम्प, मर्मत संभार किट बक्स ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- कानूनले वर्जित गरेका हातहतियार नराख्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा

कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.२. उद्धार सामग्रीको व्यवस्था गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ बोट, कायकको व्यवस्था गर्ने । ४ आवश्यकता अनुसार रोप, Pulley, Prusik Cord, Harness, Carabiner हरू व्यवस्था गर्ने । ५ प्राथमिक उपचार बक्सको व्यवस्था गर्ने । ६ फोल्डिङ स्ट्रेचरको व्यवस्था गर्ने । ७ Improvised equipments बनाउनका लागि सामानको व्यवस्था गर्ने । ८ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ९ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> ● उद्धार सामग्रीको व्यवस्था गर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> ● PFD (Personal Floating Device), कायक, थ्रो व्याग, तथा रोपको व्यवस्था गरेको । 	उद्धार सामग्रीको व्यवस्था <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रकार ● प्रयोग गर्ने विधि ● उद्धार सामग्री प्रयोग गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- बोट, रोप, प्राथमिक उपचार बक्स, हेल्मेट, डोरी, थ्रो व्याग, रिभर नाइफ, सेफ्टीज्याकेट, टेप, बस, एम्बुलेन्स, फोन वा मोबाइल, PFD (Personal Floating Device), Duct,

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- कानूनले बर्जित गरेको हतियार साथमा राख्न नहुने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.३. यातायातको व्यवस्था गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ यात्रा गर्ने स्थानको दूरीको यकिन गर्ने । ४ यात्रा गर्न लाग्ने समयको यकिन गर्ने । ५ सामानको परिमाण अनुसार ढुवानी गाडीको यकिन गर्ने । ६ यात्री संख्याको यकिन गर्ने । ७ यात्रामा लाग्न सक्ने अनुमानित खर्च रकमको व्यवस्था गर्ने । ८ यातायात व्यावसायीसँग सम्झौता गर्ने । ९ भण्डारबाट कार्यस्थलसम्म सामान ढुवानी गर्ने । १० प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ११ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● यातायातको व्यवस्था गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● यात्री संख्या, सामानको परिमाण तथा लागत अनुमान सहितको ढुवानी गाडीको प्रबन्ध गरेको । 	<p>यातायातको साधन</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रकार ● खर्च अनुमान निकाल्ने विधि ● साधन छनौट गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

गाडी, खर्च रकम, क्याल्कुलेटर, कपी, कलम

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा

कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.४ खर्चको व्यवस्था गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ गाइड खर्च,संचार खर्च तथा औजार मर्मत, सामान Replace संभार खर्चको लागत अनुमान निकाल्ने । ४ यात्रा अवधिभरको खाना खर्च, भैपरी आउने खर्च, यातायात खर्चको लागत अनुमान निकाल्ने । ५ खर्च सुरक्षित रूपमा राख्ने । ६ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ७ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने । 	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● खर्चको व्यवस्था गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● गाइड खर्च, संचार खर्च तथा औजार मर्मत संभार खर्चको लागत अनुमान निकाल्ने । ● यात्रा अवधिभरको लागि खाना खर्च, भैपरी आउने खर्च, यातायात खर्चको लागत अनुमान सहित खर्चको व्यवस्था गरेको । 	<p>खर्चको व्यवस्था</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● खर्चका प्रकार ● लागत अनुमान निकाल्ने विधि ● ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

क्याल्कुलेटर, नोट प्याड, कलम

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- कम्पनीको नियमको सिमाभित्र रही खर्चको व्यवस्था गर्नुपर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.५. मनोरञ्जन सामग्रीहरूको व्यवस्था गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ गितार, मादल, ब्रासको व्यवस्था गर्ने । ४ यात्राको क्रममा पानीमा Jumping, Sliding खेलहरू खेलाउने । ५ पानी नभएको स्थानमा Hiking गर्दै गीत कविता, चुटकिला सुनाउने । ६ समतल ताल परेको पानीमा पौडी कम्पिटिसन गराउने । ७ राम्रो साइटमा साइट सिङ्ग तथा फोटोग्राफी गराउने । ८ प्रतिभा परिचय, हाजिरी जवाफ तथा अन्य खेल खेलाइ पुरस्कृत गराउने । ९ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १० कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> ● मनोरञ्जन सामग्रीहरूको व्यवस्था गर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> ● यात्राका क्रममा यात्रुहरूलाई मनोरञ्जन पूर्ण खेल खेलाएको । ● यात्रुहरू आनन्दित देखिएको । 	मनोरञ्जनको व्यवस्था <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● मनोरञ्जनका प्रकार ● मनोरञ्जनका विधि ● मनोरञ्जन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

गितार, मादल, ब्रास, नोट प्याड, कलम, फिसिङ गर्ने नेट, बल्ल्छी, सिटी, जाल, क्यामरा, पुरस्कारको लागि चकलेट वा अन्य सामग्री ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- गीत, कवितामा प्रयोग गरिने भाषा सभ्य र मर्यादित हुनुपर्ने ।
- यात्रुको रुचि अनुसारका खेलहरू खेलाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा

कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.६ असामान्य परिस्थितिको व्यवस्थापन गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ विगतमा भएका असामान्य परिस्थितिको बारे जानकारी लिने । ४ खतराको पूर्वानुमान गर्ने । ५ स्थानीय तथा Improvised साधन/ उद्धार सामग्री तयारी अवस्थामा राख्ने । ६ प्राकृतिक विपदको आंकलन गर्ने । ७ मौशमी भविष्यवाणीबारे अपडेट रहने । ८ प्राथमिक उपचार बक्स तयारी अवस्थामा राख्ने । ९ बाढी आएमा सबैलाई केही अग्लो स्थान तर्फ लैजाने । १० आँधीहुरी आएमा ठुला-ठुला चट्टान पछाडि ओत लिएर बस्नु लगाउने । ११ जंगली जनावरले आक्रमण गरेमा सकेसम्म प्राथमिक उपचार दिने । १२ गम्भिर अवस्था भएमा Ambulance लाई जानकारी गराउने । १३ सामान चोरी भएमा नजिकैको प्रशासन अथवा वरीपरि गाउँका मानिसलाई जानकारी दिने । १४ शरीरमा पूरा बाहुला भएको कपडा लगाउने । १५ प्रशस्त पानी पिउने । १६ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १७ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● असामान्य परिस्थितिको व्यवस्थापन गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● प्राकृतिक विपदको आंकलन गरेको । ● उद्धार सामग्री कार्यावस्थामा राखेको । 	<p>असामान्य परिस्थिति</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रकार ● व्यवस्थापन गर्ने विधि ● ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू <p>प्राकृतिक विपद</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रकार <p>उद्धार सामग्री</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रकार

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

प्राथमिक उपचार बक्स, मर्मत किट, Improvised साधन/ उद्धार सामग्री

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- यात्रा अवधिभर कम्पनीको नियम तथा गाइड कमाण्ड शतप्रतिशत पालना गर्नुपर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा

कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.७ क्याम्पिङ गर्ने स्थान छनौट गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. तपसिलको विशेषता भएको स्थान छनौट गर्ने:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● पहिरो नलाग्ने । ● हिंस्रक जनावरबाट सुरक्षित ● चोर, डांकाबाट सुरक्षित ● खानोपानी तथा इन्धन पाइने स्थान ● संचारको सम्पर्क तथा आपतकालिन उद्धार हुने स्थान ● यातायातको सहजता भएको । <p>४. प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>५. कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● क्याम्पिङ गर्ने स्थान छनौट गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● बाढी पहिरो, हिंस्रक जनावर तथा चोर, डांकाबाट सुरक्षित स्थान छनौट गरेको । ● खानोपानी, इन्धन तथा संचारको सम्पर्क हुने स्थान छनौट गरेको । ● यातायात तथा आपतकालिन उद्धार गर्न सकिने स्थान छनौट गरेको । 	<p>क्याम्पिङ गर्ने स्थान क्याम्पिङ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रकार ● छनौट गर्ने आधारहरू ● स्थान छनौट विधि ● छनौट गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

इन्धन, खानोपानी, कार्यस्थान

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- कानूनले बर्जित गरेको हतियार साथमा राख्न नहुने ।
- यात्रा अवधिभर कम्पनीको नियम तथा गाइड कमाण्ड शतप्रतिशत पालना गर्नुपर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा

कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.८ क्याम्पिङको व्यवस्था गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३ अग्लो सुरक्षित खुला तथा सबैतिरबाट देखिने स्थानको छनौट गर्ने ।</p> <p>४ सिंगल टेन्ट र सामुहिक टेन्टको लागि स्थल मापन गर्ने ।</p> <p>५ टेन्ट बनाउने ।</p> <p>६ सफा पानी भएको व्यवस्था गर्ने ।</p> <p>७ खानेकुराको व्यवस्था गर्ने ।</p> <p>८ खाना पकाउन दक्ष व्यक्तिहरूलाई भान्छे लगाउने ।</p> <p>९ यात्रुलाई सहज हुनेगरी शौचालय बनाउने ।</p> <p>१० सबै यात्रुलाई पुग्ने गरी स्लिपिङ व्याग, म्याट, चार्जर, लाइट, व्याट्रीहरू, केवल, क्यामरा कम्पास, लाइटको व्यवस्था गर्ने ।</p> <p>११ मनोरञ्जनका लागि साधनहरूको व्यवस्था गर्ने ।</p> <p>१२ क्याम्पिङ सकिएपछि सरसफाई गर्ने र फोहर व्यवस्थापन गर्ने ।</p> <p>१३ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>१४ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● क्याम्पिङको व्यवस्था गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● अग्लो सुरक्षित खुला तथा सबैतिरबाट देखिने स्थानमा मजबुत सिंगल टेन्ट र सामुहिक टेन्ट बनाएको । ● क्याम्पमा सफा पानी खाद्यान्नको व्यवस्था गरेको । ● यात्रुलाई सहज हुनेगरी शौचालय बनाएको । ● यात्रुलाई पर्याप्त मात्रामा प्रयोग गरिने सामानको व्यवस्था गरेको । 	<p>क्याम्पिङको व्यवस्था</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● टेन्ट <ul style="list-style-type: none"> ○ परिचय ○ प्रकार ○ टेन्ट बनाउन प्रयोग हुने सामग्रीहरू ○ टेन्ट बनाउने विधि ○ बनाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

स्लिपिङ व्याग, म्याट, चार्जर, टर्च लाइट, हेड लाइट, व्याट्रीहरू, केवल, क्यामरा कम्पास, लाइट

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- यात्रा अवधिभर कम्पनीको नियम तथा गाइड कमाण्ड शतप्रतिशत पालना गर्नुपर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : १ घण्टा
प्रयोगात्मक: ५ घण्टा
कुल समय: ६ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.९ टेन्ट खडा गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३ टेन्ट निर्माण गर्न आवश्यक पोलहरू र पाल तयार पार्ने ।</p> <p>४ टेन्ट तन्काउन आवश्यक डोरी तयार पार्ने ।</p> <p>५ टेन्ट तन्काउन प्रयोग भएको डोरी बाँध्न किला तयार पार्ने ।</p> <p>६ शौचालयको लागि छुट्टै टेन्ट तयार पार्ने ।</p> <p>७ बस्ने, खाने, सुत्ने र सामग्री भण्डारण गर्ने तथा शौचालय प्रयोजनका लागि छुट्टैछुट्टै स्थान मापन गर्ने ।</p> <p>८ टेन्ट निर्माण गर्ने पोलहरू बलियो गरी जमीनमा गाड्ने ।</p> <p>९ पानी चुहिन नदीन पाललाई तन्काई छानामा फिट गर्ने ।</p> <p>१० टेन्टभित्र पानी पस्न नदीन वरिपरि कुलो काटी पानी कटाउने ।</p> <p>११ टेन्ट उठाएपछि सो स्थान सफा गर्ने ।</p> <p>१२ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>१३ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● टेन्ट खडा गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● टेन्ट निर्माण गर्ने पोलहरू बलियो गरी जमीनमा गाडेको । ● पाललाई तन्काई छानामा फिट गरेको । ● टेन्ट वरिपरि कुलो काटी पानी कटाएको । 	<p>टेन्ट</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रकार ● बनाउने विधि ● बनाउने सामग्रीहरू ● ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

डोरी टेन्ट, पाल, किला खुकुरी, पोलहरू, स्लिपिड व्याग, म्याट, सेल्टर, लाइट

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- सुरक्षाका लागि टेन्टहरू नजिक नजिकको दुरीमा निर्माण गर्ने ।
- यात्रा अवधिभर कम्पनीको नियम तथा गाइड कमाण्ड शतप्रतिशत पालना गर्नुपर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा

कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.१०. खाद्यान्नको व्यवस्था गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ यात्रुको संख्या अनुसार खाद्यान्न, तथा ताजा तरकारी र फलफूलहरू जम्मा गर्ने । ४ खाना पकाउनु अघि राम्रोसँग सफा गर्ने । ५ सकेसम्म यात्रुको रुचि अनुसार स्थानीय स्तरमा उपलब्ध खाना बनाउने । ६ यात्रुलाई ताजा खाना मात्र खुवाउने । ७ बढी पिरो वा मसलादार खाना नबनाउने । ८ खाना खेर नफाल्ने गरी पकाउने । ९ बढी भएको खाना बाहिर खुल्ला नफाल्ने । १० खाना खाएपछि फोहर सफा गर्ने । ११ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १२ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> ● खाद्यान्नको व्यवस्था गर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> ● ताजा खाद्यान्न तथा तरकारी र फलफूलहरू प्रयोग गरेको । ● खाद्यान्न तथा तरकारी र फलफूलहरू पकाउनु अघि राम्रोसँग सफा गरेको । 	खाना <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● खानाका प्रकार तथा गुणस्तर ● बनाउने विधि ● खाना बनाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

भाँडाकुँडा, खाद्यन्न, चक्कु, चुलेसी, लाइटर/सलाई, दाउरा, ग्यास सिलिण्डर आदि ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- प्याकिङ गरिएका वा ड्राइ फुडहरू कम प्रयोग गर्ने ।
- विषादिरहित ताजा तरकारी तथा फलफूल मात्र प्रयोग गर्ने ।
- आगोमा खाना पकाउँदा आगलागी हुनसक्ने सम्भावना प्रति सजग रहने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.११. खर्चको अभिलेख राख्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ अनुमानित बजेट (Trip money) तयार पार्ने । ४ खर्चको शीर्षक अनुसार बजेट छुट्टयाउने । ५ यातायात, खाना, खाजा, सामान मर्मत, सामान Replace संचार खर्चको अभिलेख राख्ने । ६ प्रशासनिक खर्च, कर्मचारी तलब भत्ता, इन्धन, पाहुना सत्कार जस्ता खर्चको अभिलेख राख्ने । ७ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ८ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task): खर्चको अभिलेख राख्ने ।</p> <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● खर्चको शीर्षक अनुसार बजेट तय गरेको । ● यातायात, खाना, खाजा, सामान मर्मत, संचार खर्चको अभिलेख राखेको । 	<p>खर्च</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ परिचय ○ प्रकार <p>अभिलेख</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ परिचय ○ प्रकार ○ अभिलेख राख्ने विधि ○ खर्चको अभिलेख राख्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

नोट प्याड, कलम, क्याल्कुलेटर

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- यात्रा अवधिभर कम्पनीको नियम तथा गाइड कमाण्ड शतप्रतिशत पालना गर्नुपर्ने ।

मोड्यूल ५. आधारभूत कार्य

समय : (सै) + घण्टा (प्र) = घण्टा

पाठ्यविवरण : यस मोड्यूल अन्तर्गत दुईवटा सब मोड्यूलहरूमा रिभर गाइडले जान्नुपर्ने आधारभूत सीपहरू नदी प्रवाहको रेखाचित्र कोर्ने र डोरी गाँठो बनाउने समावेश गरिएको छ ।

उद्देश्य :

- नदी प्रवाहको रेखाचित्र कोर्ने ।
- डोरी गाँठो बनाउन ।

सब मोड्यूलहरू:

- १ नदी प्रवाहको रेखाचित्र कोर्ने ।
- २ डोरी गाँठो बनाउन ।

सब मोड्यूल ५.१. नदी प्रवाहको (River Hydrology) रेखाचित्र

समय : ६ घण्टा (सै) १९ घण्टा (प्र) = २५ घण्टा

पाठ्यविवरण : यस मोड्यूलमा नदी प्रवाह हुँदा नदीको बाटोमा देखिने विभिन्न भौगोलिक अवस्थालाई रेखाचित्रको माध्यमबाट पहिचान गर्ने कार्यसँग सम्बन्धित आवश्यक ज्ञान सीपहरु समावेश गरिएको छ ।

उद्देश्य :

- नदी प्रवाहको रेखाचित्र कोर्ने ।

विषय बस्तु:

- १ रिभर ग्रेडिड अवलोकन गर्ने ।
- २ पानीको बहावको दिशा कोर्ने ।
- ३ Eddy line कोर्ने ।
- ४ Whirlpool /बोइलिङ स्पट कोर्ने ।
- ५ छालको स्पट कोर्ने ।
- ६ साँघुरो वा फराकिलो (Narrow /wide) स्थानको संकेत कोर्ने ।
- ७ पानीको तह पातलो भएको (Shallow) स्पट कोर्ने ।
- ८ भूमरी (Whirlpool) को संकेत कोर्ने ।
- ९ छालको छिटा आउने (Drop) को स्पट कोर्ने
- १० खाल्डो Hole को स्पट कोर्ने
- ११ भोर (Under cut /Siphon) को स्पट कोर्ने ।
- १२ छन्नी (Strainer) को स्पट कोर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ५.१.१ रिभर ग्रेडिङ अवलोकन गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ च्याफ्टिङ गर्ने खोला वा नदीको स्थलगत अवलोकन गर्ने । ४ च्याफ्टिङ गर्ने नदीका ग्रेड (१-५) जानकारी लिने । ५ खोला वा नदीको तत्कालिन अवस्थाको बारेमा सम्बन्धित निकाय व्यक्ति वा स्रोत मार्फत जानकारी लिने । ६ ग्रेड खुल्ने गरी नदीको रेखाचित्र तयार गर्ने । ७ रिभर ग्रेड निर्धारण गर्ने । ८ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ९ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यस्थल औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> रिभर ग्रेडिङ अवलोकन गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> अन्तर्राष्ट्रिय रिभर ग्रेड निर्धारण गरिएको । 	<p>रिभर ग्रेडिङ अवलोकन</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय नदीको ग्रेड वर्गिकरण अवलोकन विधि (Scouting) ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू, नदीको ग्रेड वर्गिकरण गरिएको डकुमेन्ट

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- नदीको ग्रेड अनुसार आवश्यक पर्ने औजार उपकरण र सुरक्षा सामग्रीहरू प्रयोग गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा
कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ५.१.२ पानीको बहावको दिशा कोर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ प्याफिटड गर्ने नदीका (१ -५) ग्रेड छुट्टयाउने । ४ ग्रेड अनुसार जोखिमको व्याक अप योजना बनाउने । ५ खोला वा नदीको तत्कालिन अवस्थाको बारेमा सम्बन्धित निकाय वा अन्य व्यक्ति वा स्रोत माफत जानकारी लिने । ६ जानकारी र स्थलगत अवलोकनका आधारमा नदीको पानीको बहावको दिशा कोर्ने । ७ रेखाचित्र तयार गर्दा रिभर ग्रेड खुलाउने । ८ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ९ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● पानीको बहावको दिशा कोर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● नक्शामा रिभर हाइड्रोलोजीको नक्सा देखाइएको । 	<p>पानीको बहावको दिशा</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● करेन्टको प्रकार ● नक्सा कोर्ने विधि ● ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू, नदीको ग्रेड वर्गिकरण गरिएको डकुमेन्ट ,पेन, पेनसिल, ,Water proof Note pad , Map

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- रिभर Hydrology सम्बन्धित सम्पूर्ण कुराहरू चित्रमा देखाउन ।
- बहावको दिशा एरोद्वारा देखाउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ५.१.३. Eddy line कोर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ नदी वा खोलाको नक्सा कोर्ने । ४ Eddy line भएको ठाँउ नक्सामा देखाउने । ५ अप स्ट्रिम, डाउन स्ट्रिम, रिभर लेफ्ट र राईटचित्रमा देखाउने । ६ नक्सामा इडीलाइनको संकेत राख्ने । ७ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ८ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्टकार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Eddy line कोर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Eddy line कार्य सँग चित्रमा देखाएको । 	<p>Eddy line</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● नक्सा बनाउने विधि ● ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू ● Eddy प्रयोग

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- डटपेन, पेन, पेनसिल, ड्रइड पेपर, कलर पेन, कम्पास, नक्सा

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- Eddy line स्पष्टसँग चित्रमा देखाउन ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ५.१.४. बोइलिङ स्पट कोर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ नदीको आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ नदी वा खोलाको नक्सा कोर्ने । ४ खोलामा पानीको मुनीबाट फिज सहित उम्लेको बोइलिङ ठाउँ नक्सामा देखाउने । ५ पानीको Volume अनुसार बोइलिङ स्पटको आकर ठुलो-सानो बनाउने । ६ नक्सामा बोइलिङ स्पटको संकेत राख्ने । ७ बोइलिङ स्पटमा अपनाउने पर्ने सावधानी सम्बन्धमा जानकारी गराउने । ८ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ९ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> ● बोइलिङ स्पट कोर्ने मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> ● नक्सामा बोइलिङ स्पटको संकेत राखिएको । 	बोइलिङ स्पट <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● कोर्ने विधि ● ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू ● बाइलिङ स्पटमा अपनाउनु पर्ने सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

डटपेन, पेनसिल, Water proof note pad, नक्सा

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- नक्सामा बोइलिङ स्पटको संकेत राखिएको ।
- बोइलिङ स्पटमा अपनाउने पर्ने सावधानी सम्बन्धमा जानकारी गराएको ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ५.१.५. छालको स्पट कोर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ नदी वा खोलाको नक्सा कोर्ने । ४ खोलामा पानीको तरङ्ग तल-माथी निरन्तर गर्दै बगेको छाललाई नक्सामा देखाउने । ५ पानीको Volume अनुसार छालभएको स्पटको आकार ठुलो-सानो अथवा लामो-छोटो पाइन्छ । ६ नक्सामा छालको स्पटको संकेत राख्ने । ७ छालको जोखिम सम्बन्धमा जानकारी गराउने ८ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ९ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने । 	<p><u>अवस्था (Situation):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p><u>निर्दिष्ट कार्य (Task):</u> छालको स्पट कोर्ने ।</p> <p><u>मानक (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● नक्सामा छालको स्पटको संकेत राखिएको । 	<p><u>छालको स्पट</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रकार ● कोर्ने विधि ● ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू ● छालमा हुने जोखिमबाट बच्ने तरिका

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

डटपेन, पेनसिल, Water Proof note pad, नक्सा

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions)

- नक्सामा छालको स्पटको संकेत राख्ने ।
- छालको जोखिम सम्बन्धमा जानकारी गराउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ५.१.६. साँघुरो वा फराकिलो (Narrow /wide) स्थानको संकेत कोर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ नदी वा खोलाको नक्सा कोर्ने । ४ नक्सामा साँघुरो वा फराकिलो स्थानको संकेत राख्ने । ५ साँघुरो वा फराकिलो स्थानको प्रयोग सम्बन्धमा जानकारी गराउने । ६ खोलामा ताल जस्तै फिजिएर बिस्तारि बगेको पानी नक्सामा देखाउने । ७ ठुलठुला पहाड अथवा चट्टान बीच साँघुरो भएर बगेको खोला नक्सामा देखाउने । ८ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ९ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● साँघुरो वा फराकिलो स्थानको संकेत कोर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● नक्सामा साँघुरो वा फराकिलो स्थानको संकेत राखिएको । 	<p>Narrow/wide स्थानको संकेत</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● कोर्ने विधि ● ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू ● साँघुरो वा फराकिलो स्थानको प्रयोग

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

डटपेन, पेनसिल, Water Proof note pad, नक्सा

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- नक्सामा साँघुरो वा फराकिलो स्थानको संकेत राखिएको ।
- साँघुरो वा फराकिलो स्थानको प्रयोग सम्बन्धमा जानकारी गराएको ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा

कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ५.१.७. पानीको तह पातलो भएको (Shallow) स्पट कोर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ नदी वा खोलाको नक्सा कोर्ने । ४ नक्सामा पानीको तह पातलो भएको स्थानको संकेत राख्ने । ५ Shallow स्पष्ट प्रयोग सम्बन्धी जानकारी गराउने । ६ माथिबाट खोला हेर्दा ढुङ्गा देखिने ठाउँ नक्सामा देखाउने । ७ खोलामा पानीको कम गहिराइ र फिजिएको स्पष्ट नक्सामा देखाउने । ८ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ९ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्टकार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Shallow स्पट कोर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● नक्सामा पानीको तह पातलो भएको स्थानको संकेत राखिएको । 	<p>Shallow स्पट</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● कोर्ने विधि ● Shallow स्पष्ट प्रयोग ● ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

डटपेन, पेनसिल, Water Proof note pad, नक्सा

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- नक्सामा पानीको तह पातलो भएको स्थानको संकेत राख्ने ।
- Shallow स्पष्ट प्रयोग सम्बन्धी जानकारी गराउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ५.१.८. भूमरी (Whirlpool) को संकेत कोर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ नदीको अवस्थाको आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ नदी वा खोलाको नक्सा कोर्ने । ४ नक्सामा भूमरी भएको स्थानको संकेत राख्ने । ५ पानी ढुङ्गामा ठोकीएर घुमेको ठाउँ नक्सामा देखाउने । ६ पानीको बहाव अनुसार भुमरीको आकर ठुलो वा सानो हुन्छ त्यसलाई नक्सामा देखाउने । ७ भुमरीबाट बच्ने तरिका जानकारी गराउने । ८ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ९ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्टकार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● भूमरीको संकेत कोर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● नक्सामा भूमरी भएको स्थानको संकेत राखिएको । 	<p>भूमरीको संकेत</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● कोर्ने विधि ● ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू ● भुमरीबाट बच्ने तरिका

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

डटपेन, पेनसिल, Water Proof note pad, नक्सा

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- नक्सामा भूमरी भएको स्थानको संकेत राख्ने ।
- भुमरीबाट बच्ने तरिका जानकारी गराउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ५.१.९. छालको छिटा आउने (Drop) को स्पट कोर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ नदी वा खोलाको नक्सा कोर्ने । ४ नक्सामा छालको छिटा आउने स्थानको संकेत राख्ने । ५ खोलामा ढुङ्गाबाट भरेको पानी नक्सामा देखाउने । ६ पानीले ठोकेको ढुङ्गाको आकर अनुसार Drop सानो वाटुलो हुन्छ त्यसलाई नक्सामा देखाउने । ७ ड्रपको जोखिमको जानकारी गराउने । ८ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ९ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Drop को स्पट कोर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • नक्सामा छालको छिटा आउने स्थानको संकेत राखिएको । 	<p>Drop को स्पट</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • कोर्ने विधि • ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू • ड्रपको जोखिमको जानकारी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

डटपेन, पेनसिल, Water Proof note pad, नक्सा, ड्रईङ पेपर

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- नक्सामा छालको छिटा आउने स्थानको संकेत राख्ने ।
- ड्रपको जोखिमको जानकारी गराउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा

कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ५.१.१०. खाल्डो Hole को स्पट कोर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ नदी वा खोलाको नक्सा कोर्ने । ४ नक्सामा खाल्डो भएको स्थानको संकेत राख्ने । ५ खोलामा दुङ्गाबाट भरेको पानी तल पुगेर फकिर्ने क्रम नक्सामा देखाउने । ६ पानीको Volume अनुसार Hole सानो वा ठुलो हुन्छ त्यसलाई नक्सामा देखाउने । ७ खाल्डोबाट बच्ने तरिका जानकारी गराउने । ८ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ९ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<p><u>अवस्था (Situation):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p><u>निर्दिष्ट कार्य (Task):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● खाल्डो Hole को स्पट कोर्ने <p><u>मानक (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● नक्सामा खाल्डो भएको स्थानको संकेत राखिएको । 	<p><u>Hole को स्पट</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● कोर्ने विधि ● ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू ● खाल्डोबाट बच्ने तरिका

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

डटपेन, पेनसिल, Water Proof note pad, नक्सा, ड्रईङ्ग पेपर

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- नक्सामा खाल्डो भएको स्थानको संकेत राख्ने ।
- खाल्डोबाट बच्ने तरिका जानकारी गराउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ५.१.११. भोर (Under cut /siphon) को स्पट कोर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ नदी वा खोलाको नक्सा कोर्ने । ४ नक्सामा Under cut (भोर) भएको स्थानको संकेत राख्ने । ५ खोलामा ढुङ्गाको चेप भित्रबाट वा भोर भित्र बगेको पानी नक्सामा देखाउने । ६ पानीमा भोर (Under cut) को अवस्था नक्सामा देखाउने । ७ भोर (Under cut) बाट बच्ने तरिका जानकारी गराउने । ८ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ९ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने । 	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● भोर (Under cut) को स्पट कोर्ने <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● नक्सामा Under cut (भोर) भएको स्थानको संकेत राखिएको । 	<p>Hole को स्पट</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● कोर्ने विधि ● ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू ● भोर (Under cut) बाट बच्ने तरिका

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

डटपेन, पेनसिल, Water Proof note pad, नक्सा, ड्रईङ्ग पेपर

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- नक्सामा भएको स्थानको संकेत राख्ने ।
- भोर (Under cut) बाट बच्ने तरिका जानकारी गराउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ५.१.१२. छलनी (Strainer) को स्पट कोर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ नदी वा खोलाको नक्सा कोर्ने । ४ नक्सामा Strainer (छलनी) भएको स्थानको संकेत राख्ने । ५ खोलामा Strainer (छलनी) को सम्भावना र सर्तकता गरिनु पर्ने नक्सामा देखाउने । ६ पानीमा Strainer (छलनी) को अवस्था ७ नक्सामा देखाउने । ८ Strainer (छलनी) बाट बच्ने तरिका जानकारी गराउने । ९ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १० कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने । 	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Strainer (छलनी) को स्पट कोर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • नक्सामा Strainer (छलनी) भएको स्थानको संकेत राखिएको । 	<p>Hole को स्पट</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • कोर्ने विधि • ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू • Strainer (छलनी)बाट बच्ने तरिका

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

डटपेन, पेनसिल, Water Proof note pad, नक्सा, ड्रईङ पेपर

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- नक्सामा Strainer (छलनी) भएको स्थानको संकेत राख्ने ।
- Strainer (छलनी)बाट बच्ने तरिका जानकारी गराउने ।

सव मोड्यूल ५.२ : डोरी गाँठो निर्माण

समय : ५ घण्टा (सै), २० घण्टा (प्र) = २५ घण्टा

पाठ्यविवरण : यस मोड्यूलमा ज्याफिटड गर्दा औजारको रूपमा प्रयोग गरिने डोरीलाई विभिन्न आकार प्रकारको गाँठोहरू बनाउने आधारभूत कार्यसँग सम्बन्धित आवश्यक ज्ञान सीपहरू समावेश गरिएको छ ।

उद्देश्य :

- विभिन्न आकार प्रकारका डोरी गाँठोहरू बनाउन ।

कार्यहरू:

- १ Over Hand / Stopper knot बनाउने ।
- २ फिगर अफ एट (Figure of Eight) नट बनाउने ।
- ३ फिगर एट अन अ बाइट नट (Figure Eight on a Bight knot) बनाउने ।
- ४ रिफ नट बनाउने ।
- ५ Girth Hitch बनाउने ।
- ६ क्लोव हिच (Clove Hitch) बनाउने ।
- ७ बो लाइननट (Bow-Line Knot) बनाउने ।
- ८ डवल फिसर म्यान नट बनाउने ।
- ९ अल्पाइन बटर फ्लाई (Alpine Butterfly) नट बनाउने ।
- १० वाटर नट/टेप नट (Water Knot/ Tape Knot) बनाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.२.१ Over Hand/Stopper knot बनाउने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ डोरीको एक छेउमा समाई वायां घुमाएर रिड बनाउने । ४ रिडको बीचबाट डोरीको टुप्पो छिराउने । ५ डोरीको दुबै छेउ दुई तिरबाट तानी कस्ने । ६ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ७ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> ● प्रशिक्षण कक्ष/ कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> ● Over Hand/Stopper knot बनाउने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएको । ● डोरीको छेउको पयान खुस्किएको । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	Over Hand/Stopper knot <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रयोग ● बनाउने विधि ● बनाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू: लाइफज्याकेट, हेल्मेट पञ्जा, रिभर नाइफ, डोरी

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- Static अथवा Dynamic Rope को मजबूत डोरी हुनुपर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक: ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.२.२ फिगर अफ एट (Figure of Eight) नट बनाउने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ डोरीको एक छेउमा समाउने ४ हात अगाडि फर्काइ बुढी औला जमीनतर्फ बनाई डोरी समाउने । ५ छातीको नजिक बनाई डोरी घुमाएर रिड बनाउने । ६ रिडलाई डबल कस गरी टुप्पो छिराएर कस्ने । ७ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ८ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने । 	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● प्रशिक्षण कक्ष/ कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● फिगर अफ एट नट बनाउने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्य चरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएको । ● डोरी गाँठो मजबूत र सफा देखिने (Well Dressing) भएको । ● कार्य सम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<p>फिगर अफ एट नट</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रयोग ● बनाउने विधि ● बनाउँदाध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू: (लाइफज्याकेट, हेल्मेट पञ्जा) डोरी

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- Static अथवा Dynamic Rope को मजबूत डोरी हुनुपर्ने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.२.३ फिगर एट अन अ वाइटनट (Figure Eight on a Bight knot) बनाउने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ दुई वटा डोरीलाई हातमा लुप लिने । ४ दुई वटा डोरीको लुपलाई तल देब्रेबाट घुमाई दुईवटै डोरीलाई यु आकारमा टर्न गरी माथिको प्वालबाट लुप छिद्राउने । ५ नटलाई मजबूत पार्ने । ६ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ७ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने । 	<p><u>अवस्था (Situation):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p><u>निर्दिष्ट कार्य (Task):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● सिंगल सिट बेल्ट नट बनाउने । <p><u>मानक (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्य चरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएको । ● डोरी गाँठो मजबूत र सफा देखिने (Well Dressing) भएको । ● कार्य सम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<p><u>फिगर एट अन अ वाइटनट</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रयोग ● बनाउने विधि ● बनाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू: लाइफ ज्याकेट, हेल्मेट पञ्जा, डोरी

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- Static अथवा Dynamic Rope को मजबूत डोरी हुनुपर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा

कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.२.४. रिफ नट बनाउने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३ दुईवटा डोरीलाई हातमा लिने ।</p> <p>४ एउटा डोरीलाई यु आकारमा टर्न गर्ने ।</p> <p>५ यु आकारको गोलो भागबाट अर्को डोरी छिराइ तल वा माथि बाट यु आकारमा छिराएर डोरीलाई घुमाएर तेही भागबाट बाहिर निकाली कस्ने ।</p> <p>६ समान प्रकृतिका छोटो छोटो डोरी गांसेर काम गर्न प्रयोग गर्ने ।</p> <p>७ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>८ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● रिफ नट बनाउने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएको । ● डोरी गाँठो मजबूत र सफा देखिने (Well Dressing) भएको । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<p>रिफ नट</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रयोग ● बनाउने विधि ● बनाउँदाध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू: (लाइफ ज्याकेट, हेल्मेट पञ्जा), डोरी

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- Static अथवा Dynamic Rope को मजबूत डोरी हुनुपर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा

कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.२.५. Girth Hitch बनाउने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ एउटा हातले डोरीलाई मजबूत तरिकाले समाउने । ४ अर्को हातमा डोरीको टुप्पोलाई लिई अगाडि पट्टि डोरीलाई कस गर्ने । ५ टुप्पो भएको डोरीको हातलाई कम्मरको साइडबाट डोरीको भित्रबाट माथि लिने । ६ मजबूत पकडा भएको डोरीको टुप्पोलाई घुमाइ त्यही भागबाट बाहिर निकाली कस्ने । ७ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ८ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <p>Girth Hitch नट बनाउने ।</p> <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्य चरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएको । ● डोरी गाँठो मजबूत र सफा देखिने (Well Dressing) भएको । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<p>Girth Hitch</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रयोग ● बनाउने विधि ● बनाउँदाध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू: (लाइफ ज्याकेट, हेल्मेट पञ्जा) डोरी

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- Static अथवा Dynamic Rope को मजबूत डोरी हुनुपर्ने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा
कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.२.६. क्लोव हिच (Clove Hitch) बनाउने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ दुई हातले एउटा डोरी लिने । ४ डोरीको एक छेउ बाहिर तिर र अर्को छेउ आफूतिर चुरा जस्तो रिड तयार गर्ने । ५ दुवैलाई एक ठाउँमा मिलाइ क्लोवहिच बनाउने । ६ राफिटड बेस तयार गर्न तथा एककर बेस तयार गर्न प्रयोग गर्ने । ७ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ८ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने । 	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● क्लोव हिच बनाउने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएको । ● डोरी गाँठो मजबूत र सफा देखिने (Well Dressing) भएको । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<p>क्लोव हिच (Clove Hitch)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रयोग ● बनाउने विधि ● बनाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):;

व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू: (लाइफ ज्याकेट, हेल्मेट पञ्जा) डोरी

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- Static अथवा Dynamic Rope को मजबूत डोरी हुनुपर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा
कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.२.७.बो लाइन नट (Bow-Line Knot) बनाउने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ डोरीलाई लुप निस्कने गरी एक हातमा लिने । ४ डोरीको छेउलाई बिस्तारै घुमाएर तलतिर कस हुनेगरी थम नट लगाउने । ५ बो लाइन तयार गर्ने । ६ बो लाइननट राफिटङ्ग बोर्ड अड्काउन प्रयोग गर्ने । ७ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ८ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने । 	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● बो लाइन बनाउने <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्य चरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएको । ● डोरी गाँठो मजबूत र सफा देखिने (Well Dressing) भएको । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<p>बो लाइन (Bow-Line Knot)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रयोग ● बनाउने विधि ● बनाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू: (लाइफ ज्याकेट, हेल्मेट पञ्जा), डोरी

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- Static अथवा Dynamic Rope को मजबूत डोरी हुनुपर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा

कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.२.८. डवल फिसर म्यान नट बनाउने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३ डोरीको दुई वटा टुप्पोलाई आवश्यकता अनुसार डोरीको साइजमा गोलो २ वटा रिड बनाउदै जाने ।</p> <p>४ दाहिनेको वायातिर र बायाँको दाहिनेतिर रिडमा डोरी घुसाउने ।</p> <p>५ ओभर हेन्ड नट लगाई कस्ने ।</p> <p>६ आफूलाई आवश्यकता अनुसार लामो र छोटो डोरी प्रयोग गर्ने ।</p> <p>७ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>८ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● डवल फिसर म्याननट बनाउने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्य चरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएको । ● डोरी गाँठो मजबूत र सफा देखिने (Well Dressing) भएको । ● Static अथवा Dynamic Rope को मजबूत डोरी प्रयोग गरेको । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<p>डवल फिसर म्यान नट</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रयोग ● बनाउने विधि ● बनाउँदाध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू: (लाइफ ज्याकेट, हेल्मेट पञ्जा), डोरी

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा

कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.२.९. अल्पाइन बटर फ्लाई (Alpine Butterfly) नट बनाउने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्री संकलन गर्ने ।</p> <p>३ डोरीको लोड लिफ्ट गर्ने भागलाई यु टर्न गर्ने ।</p> <p>४ बीचमा एउटा सिग्नल डोरीले थम नट बनाउने ।</p> <p>५ बटरफ्लाई नट उद्धार प्रयोजन र सामान ओसार पसार गर्नका लागि प्रयोग गर्ने ।</p> <p>६ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>७ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● अल्पाइन बटर फ्लाई नट बनाउने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएको । ● डोरी गाँठो मजबूत र सफा देखिने (Well Dressing) भएको । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<p>अल्पाइन बटर फ्लाई नट (Alpine Butterfly)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रयोग ● बनाउने विधि ● बनाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):;

व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू: (लाइफ ज्याकेट, हेल्मेट पञ्जा), डोरी

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- Static अथवा Dynamic Rope को मजबूत डोरी हुनुपर्ने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा
कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ४.२.१०. वाटर नट/टेप नट (Water Knot/ Tape Knot) बनाउने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ फित्ता वाला डोरीको एक छेउमा खुकुलो ओभर हेन्डनट बनाउने । ४ फित्ता वाला डोरीको अर्को छेउको टुप्पोलाई ओभर हेन्ड नट बनाए पट्टीको जसरी घुमेर आएको छ थम ओभर हेन्डनट भित्र त्यसरी नै घुसाउने । ५ नटलाई मजबुत पार्ने । ६ दुईवटा टुप्पोहरूलाई दुइटिरको लामो डोरीसँग समाएर दुवैतिर कस्ने । ७ कार्यको अभिलेख राख्ने । 	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● वाटर नट/टेप नट बनाउने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएको । ● फित्ता वाला डोरीको गाँठो मजबुत र सफा देखिने (Well Dressing) भएको । ● Static अथवा Dynamic Rope ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<p>वाटर नट/टेपनट</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रयोग ● बनाउने विधि ● बनाउँदाध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials)::

व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू: (लाइफ ज्याकेट, हेल्मेट पञ्जा), डोरी

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत तथा सामुहिक सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- फित्ता वाला डोरीको मात्र प्रयोग गर्ने ।

मोड्यूल ६ : संकेत चिन्हहरुको प्रयोग/ सांकेतिकरण

समय : ३ घण्टा (सै), १२ घण्टा (प्र) = १५ घण्टा

पाठ्यविवरण : यस मोड्यूलमा ज्याफिटडमा प्रयोग गरिने संकेत चिन्हहरु पहिचान तथा अनुशरण गर्ने कार्यसँग सम्बन्धित आवश्यक ज्ञान सीपहरु समावेश गरिएको छ ।

उद्देश्य :

- संकेत चिन्हहरु प्रयोग गर्न ।

कार्यहरु:

- १ नक्शा (Map) प्रयोग गर्ने ।
- २ सिटी संकेत प्रयोग गर्ने ।
- ३ हातको संकेत प्रयोग गर्ने ।
- ४ रेडियो सेट प्रयोग गर्ने ।
- ५ GPS Set प्रयोग गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

प्रयोगात्मक: २ घण्टा

कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ६.१. नक्शा (Map) प्रयोग गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ क्यान्योन रुटको नक्सा लिने । ४ नक्सामा दिइएको निम्न विवरणहरू राम्रोसँग अध्ययन गर्ने : <ul style="list-style-type: none"> ● दिशाको संकेत ● क्यान्योन रुट, तथा ग्रेडको संकेत ● सडक, खोला, बसको रुट, क्याम्पिङ स्थलको संकेत ● खोला, नदी, ठाउँका नाम, उचाई एवं अल्टिच्यूट ५ माथिका विवरणहरू समेटेको नक्सा आफ्नो डायरीमा कोर्ने । ६ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ७ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> ● नक्शा प्रयोग गर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> ● नक्सामा दिइएको विवरणहरू संकेत गरेको । ● विवरणहरू सहितको नक्सा कोरेको । 	नक्शा <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रकार ● प्रयोग विधि ● नक्सा बनाउने विधि ● नक्सा प्रयोग गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू ● संकेत राख्ने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

नक्सा, स्केच प्याड, डायरी, कलम, आधिकारिक नक्सा मात्र प्रयोग गर्ने ।





सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- पानदीखि डराउने यात्रुलाई पौडी खेल्न नदीने ।
- नक्सामा कुनै पनि विवरणहरू नछुटाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा
कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ६.२. सिट्टी संकेत प्रयोग गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३ सिट्टी मार्फत निम्न संकेतहरू दिने :</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ध्यानाकर्षण गर्न, रोकन वा सचेत गराउन एक चोटी लामो बजाउने । <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> ● नदीको माथिल्लो ठाँउपट्टि फर्की हेर्नको लागि दुई चोटी सिट्टी बजाउने । <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> ● Help अथवा Emergency जनाउन तीनचोटी लामो दोह्र्याएर लगातार सहयोगी नआईपुग्दा सम्म बजाई रहने । <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> ● नदीको तल ठाँउपट्टि फर्की हेर्नको तीन चोटी बजाउने । <div style="text-align: center;">  </div> <p>४ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>५ कार्यको अभिलेख राख्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● सिट्टी संकेत प्रयोग गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● तोकिएको नियम अनुसार सिट्टी संकेत प्रयोग गरेको । 	<p>सिट्टी संकेत</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रकार ● प्रयोग विधि ● सिट्टी संकेत प्रयोग गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

PPE, डोरी, Prussik rope, Sling, Webbing, Ascender, Figure 8 (belay device), Carabiner, Bolts, Drill Machine

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- अनावश्यक रूपमा संकेत प्रयोग नगर्ने ।







कार्य विश्लेषण (Task Analysis)



सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा

कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ६.३. हातको संकेत प्रयोग गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३ मुनी पानीमा केही चुचो वा धारिलो तुङ्गा अथवा रुखको हाँगा छ भनेर संकेत दिन दुवै हात माथि उठाई चुचो बनाउने ।</p>  <p>४ सबै ठीक छ भन्नका लागि हात टाउको माथि राखेर देखाउने ।</p>  <p>५ अफ्टेरो वा कष्ट छ भन्नका लागि हात टाउको भन्दा माथि सीधा उठाएर चलाउने ।</p>  <p>६ त्यो वा बाटो जाने भन्नका लागि हातले वायाँ वा दायाँ देखाउने ।</p>  <p>७ प्राथमिक उपचार चाहियो भन्नका लागि दुईटा हात छातीमा कस गरेर देखाउने ।</p>  <p>८ रोक्नुछ भन्नका लागि हातको पन्जा सीधा पारेर देखाउने ।</p> 	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यस्थल औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> हातको संकेत प्रयोग गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> निर्धारित मापदण्ड बमोजिम हातको संकेत प्रयोग गरेको । 	<p>हातको संकेत</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय प्रकार प्रयोग विधि सिद्धी संकेत प्रयोग गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू सिद्धीको प्रकार र गुणस्तर

<p>९ रोक्नुछ, भन्नका लागि हातको पन्जा मुठी पारेर माथि उठाउने ।</p> 		
<p>१० रोक्नका लागि दुईटै हात तेर्स्यार देखाउने ।</p> 		
<p>११ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरु सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>१२ कार्यको अभिलेख राख्ने ।</p>		

औजार, उपकरण र सामग्रीहरु (Tools, Equipment and Materials): PPE, डोरी, Prussik rope, Sling, Webbing, Ascender, Figure 8(belay device), Carabiner, Bolts, Drill Machine

सुरक्षा/सावधानीहरु (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरु प्रयोग गर्ने ।
- अनावश्यक रुपमा संकेत प्रयोग नगर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा
कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ६.४. रेडियो सेट प्रयोग गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ रेडियो सेट लिने । ४ त्यसको Battery पुरा चार्ज छ कि छैन जाँच गर्ने । ५ छैन् भने पुरा हुने गरी Battery चार्ज गर्ने । ६ यात्रुले लिने सबै रेडियो सेटहरूमा एउटै कोड हाली एक-अर्कामा Link गर्ने । ७ यात्रु सबैले रेडियो सेट लिएको यकिन गर्ने । ८ Canyon अथवा भरनामा पानीको आवाज ठुलो भएकाले केही कुराहरू गर्नु परेमा यस रेडियोको सेटहरू प्रयोग गर्न । ९ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १० कार्यको अभिलेख राख्ने । 	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● रेडियो सेट प्रयोग गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● यात्रुले लिने रेडियो सेटहरूमा एउटै कोड हाली एक-अर्कामा Link गरेको । ● त्यसको Battery पुरा चार्ज छ कि छैन जाँच गरेको । ● यात्रुले लिने सबै रेडियो सेटहरूमा एउटै कोड हाली एक-अर्कामा Link गरेको । 	<p>रेडियो सेट</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रकार ● प्रयोग विधि ● चार्ज गर्ने विधि ● कोड लिंक गर्ने विधि ● प्रयोग गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

रेडियो सेट, Battery, Battery Charger

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- अनावश्यक रूपमा संकेत प्रयोग नगर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा

कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ६.५. GPS Set प्रयोग गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ पहिला GPS set लिने । ४ त्यसको battery पुरा चार्ज छ कि छैन भनेर हेर्ने । ५ छैन् भने पुरा हुने गरी Battery चार्ज गर्ने । ६ अब GPS set on गर्ने । ७ जाने ठाउँको Map download गरी GPS मा Set गर्ने । ८ आवश्यक पर्दा GPSमा भएको Map बेला-बेला हेर्ने वा चेक गर्ने । ९ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १० कार्यको अभिलेखीकरण राख्ने ।	<u>अवस्था (Situation):</u> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <u>निर्दिष्ट कार्य (Task):</u> GPS प्रयोग गर्ने । <u>मानक (Standard):</u> <ul style="list-style-type: none"> ● GPS set कार्यावस्थामा भएको । ● GPS set प्रयोग गरी स्थान पत्ता लगाएको । ● GPS set on C छ छैन चेक गर्ने । 	<u>GPS Set (सेट)</u> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रकार ● प्रयोग विधि ● सेट गर्ने विधि ● प्रयोग गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

GPS, Battery, Battery Charger, GPS set, Map

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- GPS set लाई पानीमा खस्न वा भर्नबाट जोगाउने ।

मोड्यूल ७ : पौडी कला

समय : ४ घण्टा (सै), २८ घण्टा (प्र) = ३२ घण्टा

पाठ्यविवरण : यस मोड्यूलमा रिभर गाइडिङ्गका लागि अति आवश्यक पौडी खेल्ने कला सम्बन्धी आवश्यक ज्ञान सीपहरु समावेश गरिएको छ ।

उद्देश्य :

- विभिन्न कला/ शैलीमा पौडी खेल्न ।

कार्यहरु:

१. श्वास प्रश्वास नियन्त्रण (ब्रिदिङ कन्ट्रोल) गर्ने ।
२. हातको मुभमेन्ट (फ्लोटिङ) गर्ने ।
३. खुट्टाको मुभमेन्ट (फ्लोटिङ) गर्ने ।
४. ट्वाइट वाटर स्वीमिङ गर्ने ।
५. फि स्टाइल स्वीमिङ गर्ने ।
६. डक स्वीमिङ गर्ने ।
७. रोलिङ स्वीमिङ गर्ने ।
८. बटर फ्लार्ड/एग्रेसिभ स्वीमिङ गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: ३.५ घण्टा

कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ७.१. श्वास प्रस्वास नियन्त्रण (ब्रिदिङ कन्ट्रोल) गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३ मुख बन्द गरी नाकबाट गहिरो श्वास लिने ।</p> <p>४ आँखा बन्द गरी श्वास प्रस्वासमा ध्यान दिने ।</p> <p>५ मनमनै १ देखि २०, ३०, ४० गर्दै गन्दै जाने ।</p> <p>६ नाकबाट बिस्तारै श्वास छोड्ने ।</p> <p>७ पानीमा फाम हाल्ने ।</p> <p>८ पौडी खेल्दा पानी बाहिर श्वास लिने र पानीभित्र श्वास छोड्ने ।</p> <p>९ श्वासलाई बढी समयसम्म होल्ड गरिराख्न शरीरलाई रिल्याक्स राख्ने, नआत्तिने ।</p> <p>१० समान स्ट्रोकको अन्तरालमा श्वास लिन टाउको बाहिर निकाल्ने ।</p> <p>११ बक्स ब्रेदिङ टेक्निक अभ्यास गर्ने ।</p> <p>१२ श्वास लिंदा हात फैलाएर छाती चौडा पारी सकेसम्म बढी श्वास लिने ।</p> <p>१३ Respiratory Training Device प्रयोग गर्ने ।</p> <p>१४ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>१५ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ब्रिदिङ कन्ट्रोल गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● आँखा बन्द गरी मुख बन्द गरी नाकबाट गहिरो श्वास लिएको । ● श्वासलाई बढी समयसम्म होल्ड गरिराखेको । ● नआत्तिइकन शरीरलाई रिल्याक्स अवस्थामा राखेको । 	<p>श्वास प्रश्वास नियन्त्रण</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● नाकबाट गहिरो श्वास लिने विधि ● समान स्ट्रोकको अन्तरालमा श्वास लिने विधि ● श्वास प्रस्वास नियन्त्रण विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू: सुरक्षा ज्याकेट,

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- पानदीखि डराउने यात्रुलाई पौडी खेल्न नदिने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: ३.५ घण्टा

कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ७.२. हातको मुभमेन्ट (फ्लोटिड) गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ बीचमा छिद्र पर्न नदीई हातका औला पुरा बन्द गर्ने । ४ एक हातलाई पानीमा सिधा अगाडि लैजाने र हातलाई पानीबाट पछाडि तान्ने । ५ एउटा हात शरीरको ९० डिग्रीको कोणमा आएपछि अर्को हात अगाडि लग्ने । ६ यो प्रक्रिया दोहार्नु । ७ शरीरलाई लम्बात्मक अवस्था (Horizontal Position) मा राख्ने । ८ टाउकोलाई पानीभित्र राखी हातखुट्टा दुवै फैलाउने । ९ समान स्ट्रोकको अन्तरालमा श्वास लिन टाउको बाहिर निकाल्ने । १० प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ११ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● हातको मुभमेन्ट (फ्लोटिड) गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● हातलाई पानीमा सिधा अगाडि लगी हातलाई पानीबाट पछाडि तानेको । ● नआत्तिइकन शरीरलाई रिल्याक्स अवस्थामा राखेको, । 	<p>हातको मुभमेन्ट (फ्लोटिड)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● नाकबाट गहिरो श्वास लिने विधि ● शरीरलाई लम्बात्मक अवस्थामा राख्ने विधि ● समान स्ट्रोकको अन्तरालमा श्वास लिने विधि ● श्वास प्रस्वास नियन्त्रण विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू: सुरक्षा ज्याकेट,

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- पानदीखि डराउने यात्रुलाई पौडी खेल्न नदीने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: ३.५ घण्टा
कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ७.३. खुट्टाको मुभमेन्ट (फ्लोटिड) गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ दुवै खुट्टालाई पानीको समानान्तर लम्बात्मक अवस्था (Horizontal Position) मा राख्ने । ४ खुट्टाले पानीमा किक हान्ने । ५ एउटा खुट्टा तल लैजाँदा अर्को खुट्टा माथि लग्ने । ६ यो प्रक्रिया दोहोर्‍याउने । ७ शरीरलाई रिल्याक्स राख्ने । ८ टाउकोलाई पानीभित्र राखी हातखुट्टा दुवै फैलाउने । ९ समान स्ट्रोकको अन्तरालमा श्वास लिन टाउको बाहिर निकाल्ने । १० प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ११ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यस्थल औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> खुट्टाको मुभमेन्ट (फ्लोटिड) गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> समान स्ट्रोकको अन्तरालमा श्वास लिएको । नआत्तिइकन शरीरलाई रिल्याक्स अवस्थामा राखेको, । 	<p>खुट्टाको मुभमेन्ट (फ्लोटिड)</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय नाकबाट गहिरो श्वास लिने विधि शरीरहलाई लम्बात्मक अवस्थामा राख्ने विधि समान स्ट्रोकको अन्तरालमा श्वास लिने विधि श्वास प्रश्वास नियन्त्रण विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू: सुरक्षा ज्याकेट

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- पानी देखि डराउने यात्रुलाई पौडी खेलन नदीने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: ३.५ घण्टा
कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ७.४. ह्वाइट वाटर स्वीमिड गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३ दुवै खुट्टालाई पानीको समानान्तर लम्बात्मक अवस्था (Horizontal Position) मा राख्ने ।</p> <p>४ खुट्टाले पानीमा किक हान्दै खुट्टाहरू पालैपालो तल माथि गर्ने ।</p> <p>५ यो प्रक्रिया दोहोर्‍याउने ।</p> <p>६ शरीरहलाई रिल्याक्स राख्ने ।</p> <p>७ टाउकोलाई पानी भित्र राखी हातखुट्टा दुवै फैलाउने ।</p> <p>८ समान स्ट्रोकको अन्तरालमा श्वास लिन टाउको बाहिर निकाल्ने ।</p> <p>९ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>१० कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ह्वाइट वाटर स्वीमिड गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● समान स्ट्रोकको अन्तरालमा श्वास लिएको । ● नआत्तिइकन शरीरलाई रिल्याक्स अवस्थामा राखेको, । 	<p>ह्वाइट वाटर स्वीमिड</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● नाकबाट गहिरो श्वास लिने विधि ● शरीरहलाई लम्बात्मक अवस्थामा राख्ने विधि ● समान स्ट्रोकको अन्तरालमा श्वास लिने विधि ● श्वास प्रश्वास नियन्त्रण विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू: सुरक्षा ज्याकेट,

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- पानदीखि डराउने यात्रुलाई पौडी खेल नदीने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: ३.५ घण्टा
कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ७.५. फि स्टाइल स्वीमिङ गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ शरीरलाई पानीमा सिधा घोप्टो पारी राख्ने । ४ खुट्टा सिधा पारेर तलमाथि चलाउने । ५ खुट्टाले Flutter kick गर्दा पानी बाहिर ननिकाल्ने । ६ हातको औंला बन्द गरेर कम्मरको लाइनबाट पानी बाहिर निकाली टाउको माथिबाट पानीमा छिराउने । ७ हातले पानी तान्दै छातीको लाइन र कम्मरको लाइनमा पुन ल्याउने । ८ यो प्रक्रिया अब अर्को हातले दोहोर्याउने । ९ हात सिधा राख्ने । १० टाउकोलाई पानीभित्र राख्ने । ११ आवश्यकता अनुसार समान स्ट्रोकको बीचमा श्वास लिन टाउको बाहिर निकाल्ने । १२ श्वास पानी बाहिर लिने र पानीभित्र फाल्ने । १३ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १४ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • फि स्टाइल स्वीमिङ गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • समान स्ट्रोकको अन्तरालमा श्वास लिएको । • नआत्तिइकन शरीरलाई रिल्याक्स अवस्थामा राखेको, । 	<p>फि स्टाइल स्वीमिङ</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • नाकबाट गहिरो श्वास लिने विधि • शरीरहलाई लम्बात्मक अवस्थामा राख्ने विधि • Flutter kick हान्ने विधि • समान स्ट्रोकको अन्तरालमा श्वास लिने विधि • श्वास प्रश्वास नियन्त्रण विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू: सुरक्षा ज्याकेट,

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- पानदीखि डराउने यात्रुलाई पौडी खेलन नदीने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: ३.५ घण्टा

कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ७.६. डक स्वीमिङ गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ ब्रिदिङ कन्ट्रोल गर्ने । ४ दुवै खुट्टालाई पानीको समानान्तर लम्बात्मक अवस्था (Horizontal Position) बनाई तैरने । ५ पानीमा उत्तानो परेर तैरिन सिकाउने । ६ उत्तानो अनि घोटो गर्दै अगाडि बढ्ने । ७ यो प्रक्रिया दोहाराउने । ८ शरीरहलाई रिल्याक्स राख्ने । ९ टाउकोलाई पानीभित्र राखी हातखुट्टा दुवै फैलाउने । १० समान स्ट्रोकको अन्तरालमा श्वास लिन टाउको बाहिर निकाल्ने । ११ तोकिएको दुरी पार गर्ने । १२ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १३ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> ● डक स्वीमिङ गर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> ● पानीमा उत्तानो परेर तैरिइ उत्तानो र घोटो गर्दै अगाडि बढेको । ● समान स्ट्रोकको अन्तरालमा श्वास लिएको । 	डक स्वीमिङ <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● नाक बाट गहिरो श्वास लिने विधि ● शरीरहलाई लम्बात्मक अवस्थामा राख्ने विधि ● Flutter kick हान्ने विधि ● समान स्ट्रोकको अन्तरालमा श्वास लिने विधि ● श्वास प्रश्वास नियन्त्रण विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू: सुरक्षा ज्याकेट,

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- पानी देखि डराउने यात्रुलाई पौडी खेलन नदीने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: ३.५ घण्टा

कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ७.७. रोलिङ स्वीमिङ गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ ब्रिदिङ कन्ट्रोल गर्ने । ४ दुवै खुट्टालाई पानीको समानान्तर लम्बात्मक अवस्था (Horizontal Position) बनाइ तैरने । ५ पानीमा उत्तानो परेर तैरिन सिकाउने । ६ उत्तानो अनि घोप्टो गर्दै अगाडि बढ्ने । ७ यो प्रक्रिया दोहान्याउने । ८ शरीरहलाई रिल्याक्स राख्ने । ९ टाउकोलाई पानीभित्र राखी हातखुट्टा दुवै फैलाउने । १० समान स्ट्रोकको अन्तरालमा श्वास लिन टाउको बाहिर निकाल्ने । ११ तोकिएको दुरी पार गर्ने । १२ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १३ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने । 	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • रोलिङ स्वीमिङ गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • दुवै खुट्टालाई पानीको समानान्तर लम्बात्मक अवस्थामा राखेको । • समान स्ट्रोकको अन्तरालमा श्वास लिएको । 	<p>रोलिङ स्वीमिङ</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • नाकबाट गहिरो श्वास लिने विधि • शरीरहलाई लम्बात्मक अवस्थामा राख्ने विधि • Flutter kick हान्ने विधि • समान स्ट्रोकको अन्तरालमा श्वास लिने विधि • श्वास प्रश्वास नियन्त्रण विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू: सुरक्षा ज्याकेट,

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- पानी देखि डराउने यात्रुलाई पौडी खेल नदीने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: ३.५ घण्टा

कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ७.८. बटर फ्लाई/एग्रेसिभ स्वीमिङ गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३ शरीरलाई पानीमा सिधा राख्ने ।</p> <p>४ खुट्टा सिधा राख्ने ।</p> <p>५ दुबै खुट्टा जोडेर पानीमा किक् हान्ने ।</p> <p>६ दुबै हात कम्मरको लाइनबाट फैलाउदै पानी बाहिर निकाल्ने ।</p> <p>७ टाउको अगाडि लगेर सिधा हात राखी पानीमा छिराउने ।</p> <p>८ हत्केलाले पानी पछाडि तान्दै पुनः कम्मरको लाइनमा एकसाथ हात ल्याउने ।</p> <p>९ यो प्रकृया दोहोर्‍याई राख्ने ।</p> <p>१० आवश्यकता अनुसार समान समान स्ट्रोकको अन्तरालमा स्वास लिन टाउकोलाई बाहिर निकाल्ने ।</p> <p>११ हात खुट्टाको चाल भैरहेको बेला शरीर कर्भ गर्ने ।</p> <p>१२ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>१३ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● बटर फ्लाई/एग्रेसिभ स्वीमिङ गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● दुबै खुट्टालाई पानीको समानान्तर लम्बात्मक अवस्थामा राखेको । ● समान स्ट्रोकको अन्तरालमा श्वास लिएको । ● दुबै हात कम्मरको लाइनबाट फैलाउदै पानी बाहिर निकालेको । 	<p>बटर फ्लाई/एग्रेसिभ स्वीमिङ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● नाकबाट गहिरो श्वास लिने विधि ● शरीरलाई लम्बात्मक अवस्थामा राख्ने विधि ● दुबै खुट्टा जोडेर पानीमा किक् हान्ने विधि ● समान स्ट्रोकको अन्तरालमा श्वास लिने विधि ● श्वास प्रश्वास नियन्त्रण विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू: सुरक्षा ज्याकेट,

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- पानदीखि डराउने यात्रुलाई पौडी खेल्न नदीने ।

मोड्यूल ८ : डुङ्गा र काइक संचालन

समय : ४ घण्टा (सै) २८ घण्टा (प्र) = ३२ घण्टा

पाठ्यविवरण : यस मोड्यूलमा ज्याफ्टिड गर्ने क्रममा यात्रु डुङ्गा र यात्रामा बाटो देखाउने कायक संचालन गर्ने कायसँगसम्बन्धित आवश्यक ज्ञान र सीपहरु समावेश गरिएको छ ।

उद्देश्य :

- डुङ्गा र काइक संचालन गर्न ।

कार्यहरु:

- १ डुङ्गा तयार गर्ने ।
- २ डुङ्गा (Raft) का भागहरु पहिचान गर्ने ।
- ३ प्याडलबोट चलाउने ।
- ४ Ducky Boat चलाउने ।
- ५ Gear Boat चलाउने ।
- ६ Middle Frame Oar Boat चलाउने ।
- ७ Back Frameoar Boat चलाउने ।
- ८ काइक चलाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: ३.५ घण्टा
कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ८.१. डुंगा तयार गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ यात्रुको संख्या यकिन गर्ने । ४ डुंगाका सम्पूर्ण भागहरूको अवलोकन गर्ने । ५ डुङ्गामा हावा भर्ने । ६ प्याडलहरू जाँच गर्ने । ७ डुङ्गाका भागहरू कार्यावस्थामा भएको यकिन गर्ने । ८ प्राथमिक उपचार बक्स, उद्धारका सामान र मर्मत किट बक्स राख्ने । ९ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १० कार्यको अभिलेख राख्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> • खोला/नदी/कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू • डुङ्गा/पेडल निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> • डुंगा तयार गर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> • यात्रु संख्या अनुसार सम्पूर्ण सामग्रीसहित डुंगा तयार गरेको । • डुंगाका भागहरू कार्यावस्थामा भएको यकिन गरेको । 	डुंगा <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • प्रकार • प्रयोग विधि • ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

पम्प, सुरक्षा उपकरणहरू, ओर, ओर फेम, हार्नेस, प्याडल, डुंगा, पम्प, सिट्टी, मर्मत किट, पेलिकन बक्स, प्राथमिक उपचार बक्स ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा

कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ८.२. डुंगा (Raft) का भागहरु पहिचान गर्ने ।

कार्य चरणहरु (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरु संकलन गर्ने ।</p> <p>३ च्याम्बर, कसटयुव, फ्लोर, एयर भल्भ, लाइफ लाइन, बो लाइन, डि रिड, प्याडल, पहिचान गर्ने ।</p> <p>४ सबै भागहरु प्रदर्शन गरी देखाउने ।</p> <p>५ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरु सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>६ कार्यको अभिलेखीकरण राख्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> खोला/नदी/कार्यस्थल औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरु डुङ्गा/पेडल <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> डुंगा (Raft) का भागहरु पहिचान गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> डुंगाका सम्पूर्ण भागहरु प्रदर्शन गरी देखाएको । 	<p>डुंगा</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय प्रकार डुंगाका भागहरु डुंगाका भागका कामहरु प्रदर्शन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु

औजार, उपकरण र सामग्रीहरु (Tools, Equipment and Materials):

पम्प, सुरक्षा उपकरणहरु, ओर, ओर फ्रेम, हार्नेस, प्याडल, डुंगा, पम्प, सिट्टी, मर्मत किट, पेलिकन बक्स, प्राथमिक उपचार बक्स ।

सुरक्षा/सावधानीहरु (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरु प्रयोग गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: ३.५ घण्टा
कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ८.३. प्याडल बोट चलाउने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी (Safety Briefing) गर्ने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ बोटमा हावा भरी तयार गर्ने । ४ प्याडलहरू तयार गर्ने । ५ यात्रुलाई सुरक्षा उपकरणहरू लगाएर तयार गर्ने । ६ यात्रुलाई डुंगाको दुवैतिर राखी सन्तुलन मिलाउने । ७ डेमो गराई प्याडल कमाण्ड सिकाउने । ८ प्याडल कमाण्ड गरी डुंगा अघि बढाउने । ९ कमाण्ड र बोटको पछाडी बीच भागमा कमाण्ड प्याडल लिएर बस्ने । १० प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ११ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> • खोला/नदी/कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू • डुङ्गा/पेडल निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> • प्याडल बोट चलाउने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> • यात्रुलाई डुंगाको दुवैतिर राखी सन्तुलन मिलाएको । • सामानहरू नभर्ने गरी डोरीले बांधी राखेको । • कमाण्डर दुई हातले प्याडल पकेर बोटको बीचमा पछाडीको भागमा बसी आवश्यक कमाण्ड गरेको । 	प्याडल बोट (डुंगा) <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • प्रकार • प्रयोग विधि • डुंगा चलाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू • डुंगाको सन्तुलन मिलाउने विधि • प्याडल कमाण्डबारे त्रिफिड • ट्युवमा हावा भर्ने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

पम्प, सुरक्षा उपकरणहरू, ओर, ओर फ्रेम, हार्नेस, प्याडल, डुंगा, पम्प, सिट्टी, मर्मत किट, पेलिकन बक्स, प्राथमिक उपचार बक्स ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- पानीमा भर्नबाट जोगिन सन्तुलन मिलाएर बस्ने ।
- कमजोर स्वास्थ्य अवस्था भएको यात्रुलाई अभिभावक तथा गाइडको सहमतीमा मात्र लैजाने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: ३.५ घण्टा
कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ८.४. Ducky boat चलाउने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ सुरक्षा उपकरणहरू लगाएर तयार हुने । ४ बडीको अवलोकन गर्ने । ५ प्याडल लिएर डुंगालाई नदीमा लग्ने । ६ बोटको बडीमा सीट फीट गर्ने र लक चेक गर्ने । ७ सिंगल चलाएर यात्रा गर्ने । ८ प्याडलको सहायताले आफैँ फरवार्ड कमाण्ड गरी डुंगा अघि बढाउने । ९ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १० कार्यको अभिलेख राख्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> • खोला/नदी/कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू • डुङ्गा/पेडल निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> • Ducky Boat चलाउने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> • दुई हातले प्याडल पक्रेर बोटको बीचमा बसी सन्तुलन मिलाएर चलाएको । 	Ducky boat <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • प्रकार • प्रयोग विधि • डुंगा चलाउनुंदाध्यान दिनुपर्ने कुराहरू • प्याडल चलाउने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

डक, प्याडल, सुरक्षा उपकरण, थ्रो व्याग, प्राथमिक उपचार बक्स

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- बोटको बीचमा बसेर सन्तुलन मिलाइ चलाउने ।
- कमजोर स्वास्थ्य अवस्था भएको यात्रुलाई अभिभावक तथा गाइडको सहमतीमा मात्र लैजाने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: ४.५ घण्टा
कुल समय: ५ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ८.५. Gear Boat चलाउने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ बोटमा हावा भरी तयार गर्ने । ४ लाइफ लाइनहरू जाँच/ तयार गर्ने । ५ यात्रुलाई सुरक्षा उपकरणहरू लगाएर तयार गर्ने । ६ डुंगामा ओर फ्रेम लगाउने । ७ ओर फ्रेममा ओर सेट गर्ने । ८ बीच भागमा हार्नेस सेट गर्ने । ९ यात्रुलाई डुंगाको दुवैतिर राखी सन्तुलन मिलाउने । १० सामानहरू नभर्ने गरी डोरीले बांधी राख्ने । ११ यात्रुलाई प्याडल कमाण्डबारे ब्रिफिङ गर्ने । १२ डेमो गराई प्याडल कमाण्ड सिकाउने । १३ ओरको सहायताले गियर बोटको बीचमा बसी फरवार्ड कमाण्ड गरी डुंगा अघि बढाउने । १४ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १५ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> खोला/नदी/कार्यस्थल औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू डुङ्गा/पेडल <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> Gear Boat चलाउने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> यात्रुलाई डुंगाको दुवैतिर राखी सन्तुलन मिलाएको । सामानहरू नभर्ने गरी डोरीले बांधी राखेको । दुई हातले प्याडल पक्रेर डुंगाको बीचमा बसी आवश्यक कमाण्ड गरेको । 	<p>Gear Boat</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय प्रकार प्रयोग विधि ओर फ्रेम सेट गर्ने विधि ओर सेट गर्ने विधि हार्नेस सेट गर्ने विधि डुंगा चलाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू डुंगाको सन्तुलन मिलाउने विधि प्याडल कमाण्डबारे ब्रिफिङ

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

पम्प, सुरक्षा उपकरणहरू, ओर, ओर फ्रेम, हार्नेस, प्याडल, डुंगा, पम्प, सिट्टी, मर्मत किट, पेलिकन बक्स, प्राथमिकउपचार बक्स ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- पानीमा भर्नबाट जोगिन सन्तुलन मिलाएर बस्ने ।
- कमजोर स्वास्थ्य अवस्था भएको यात्रुलाई अभिभावक तथा गाइडको सहमतीमा मात्र लैजाने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: ३.५ घण्टा

कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ८.६. Middle Frame Oar Boat चलाउने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ बोटमा हावा भरी तयार गर्ने । ४ प्याडलहरू तयार गर्ने । ५ ओर फ्रेमफिट गर्ने । ६ ओर प्याडल बोटको बीच भागको दायाँ बायाँ फिट गर्ने । ७ यात्रुलाई सुरक्षा उपकरणहरू लगाएर तयार गर्ने । ८ यात्रुलाई डुंगाको दुवैतिर राखी सन्तुलन मिलाउने । ९ डेमो गराई प्याडल कमाण्ड सिकाउने । १० प्याडल कमाण्ड गरी डुंगा अघि बढाउने । ११ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १२ कार्यको अभिलेख राख्ने । 	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • खोला/नदी/कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू • डुङ्गा/पेडल <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Middle Frame Oar Boat चलाउने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • ओर प्याडल बोटको बीच भागको दायाँ बायाँ फिट गरेको । • यात्रुलाई डुंगाको दुवैतिर राखी सन्तुलन मिलाएको । • सामानहरू नभर्ने गरी डोरीले बांधी राखेको । • दुई हातले प्याडल पकेर बोटको बीचमा बसी आवश्यक कमाण्ड गरेको 	<p>डुंगाको नक्सा</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • प्रकार • प्रयोग विधि • ओर प्याडलफिट गर्ने तरिका • डुंगा चलाउँदाध्यान दिनुपर्ने कुराहरू • डुंगाको सन्तुलन मिलाउने विधि • प्याडल कमाण्डबारे ब्रिफिङ • ट्युवमा हावा भर्ने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

पम्प, सुरक्षा उपकरणहरू, ओर, ओर फ्रेम, हार्नेस, प्याडल, डुंगा, पम्प, सिट्टी, मर्मत किट, पेलिकन बक्स, प्राथमिक उपचार बक्स ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- पानीमा भर्नबाट जोगिन सन्तुलन मिलाएर बस्ने ।
- कमजोर स्वास्थ्य अवस्था भएको यात्रुलाई अभिभावक तथा गाइडको सहमतीमा मात्र लैजाने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: ३.५ घण्टा
कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ८.७. Back Frame Oar Boat चलाउने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ बोटमा हावा भर्ने । ४ सुरक्षा उपकरणहरू लगाएर तयार हुने । ५ पछाडिको भागमा ओर फ्रेम सेट गर्ने । ६ ओर फ्रेममा ओर सेट गर्ने । ७ बीच भागमा हार्नेस सेट गर्ने । ८ यात्रुलाई डुंगाको दायां बायां दुवैतिर राखी सन्तुलन मिलाउने । ९ डेमो गराई प्याडल कमाण्ड सिकाउने । १० गाइड पछाडि बसेर ओरको सहायताले रिभर्स कमाण्ड गरी डुंगा अघि बढाउने । ११ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १२ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● खोला/नदी/कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू ● डुङ्गा/पेडल <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Back Frame Oar Boat चलाउने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● यात्रुलाई डुंगाको दुवैतिर राखी सन्तुलन मिलाएको । ● सामानहरू नभर्ने गरी डोरीले बांधी राखेको । ● दुई हातले प्याडल Oar समातेर बोटको बीचमा बसी आवश्यक कमाण्ड गरेको । 	<p>Back Oar Boat</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रकार ● प्रयोग विधि ● ओर फ्रेम सेट गर्ने विधि ● ओर सेट गर्ने विधि ● हार्नेस सेट गर्ने विधि ● डुंगा चलाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू ● डुंगाको सन्तुलन मिलाउने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

पम्प, सुरक्षा उपकरणहरू, ओर, ओर फ्रेम, हार्नेस, प्याडल, डुंगा, पम्प, सिट्टी, मर्मत किट, पेलिकन बक्स, प्राथमिक उपचार बक्स ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- पानीमा भर्नबाट जोगिन सन्तुलन मिलाएर बस्ने ।
- कमजोर स्वास्थ्य अवस्था भएको यात्रुलाई अभिभावक तथा गाइडको सहमतीमा मात्र लैजाने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: ४.५ घण्टा
कुल समय: ५ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) द.द. काइक चलाउने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ सुरक्षा उपकरणहरू लगाएर तयार हुने । ४ काइकको फुट प्रेस चेक गर्ने । ५ काइकको सिट मिलाउने । ६ कम्मरमा-स्कट (Sprey Deck) लगाउने । ७ काइकमा बसेर बिस्तारै काइकसँग Sprey Deck सेट गर्ने । ८ थो व्याग लिने । ९ काइक प्याडल बोक्ने । १० दुई हातले प्याडल-समातेर कायकको बीचमा बसी कायक अधि बढाउने । ११ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १२ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • खोला/नदी/कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू • काइक <p>निर्दिष्टकार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • काइक चलाउने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • दुई हातले प्याडल समातेर सहायकको बीचमा बसी आवश्यकता अनुसार चलाएको । 	<p>काइक</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • प्रकार • प्रयोग विधि • फुटप्रेस चेक गर्ने विधि • कायक चलाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू • काइकको सन्तुलन मिलाउने

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

सुरक्षा उपकरणहरू, हार्नेस, प्याडल, काइक, स्पेटेक, सिट्टी, मर्मत किट, पेलिकन बक्स, प्राथमिक उपचार बक्स ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- पानीमा भर्नबाट जोगिन सन्तुलन मिलाएर बस्ने ।
- कमजोर स्वास्थ्य अवस्था भएको यात्रुलाई अभिभावक तथा गाइडको सहमतीमा मात्र लैजाने ।

मोड्यूल: ९ पेडल कमाण्ड

समय : ६ घण्टा (सै), १८ घण्टा (प्र) = २४ घण्टा

पाठ्यविवरण : यस मोड्यूलमा ज्याफिटङ्ग संचालन कममा पेडल कमाण्ड प्रयोग गर्ने कार्यसँग सम्बन्धित आवश्यक पर्ने ज्ञान र सीपहरु समावेश गरिएको छ ।

उद्देश्य :

- पेडल कमाण्ड गर्ने ।

कार्यहरु:

- १ फरवार्ड कमाण्ड (Forwad Command) गर्ने ।
- २ ब्याक प्याडल कमाण्ड (Back Paddle Command) गर्ने ।
- ३ लेफ्ट ड्र कमाण्ड (Left draw Command) गर्ने ।
- ४ राइट ड्र कमाण्ड (Right draw Command) गर्ने ।
- ५ लेफ्ट ब्याककमाण्ड (Left back Command) गर्ने ।
- ६ राइट ब्याक कमाण्ड (Right back Command) गर्ने ।
- ७ गेट डाउन कमाण्ड (Get down Command) गर्ने ।
- ८ स्टप कमाण्ड (Stop Command) गर्ने ।
- ९ होल्ड -अन कमाण्ड (Hold on) गर्ने ।
- १० ओभर राइट कमाण्ड (Over-right Command) गर्ने ।
- ११ ओभर लेफ्ट कमाण्ड (Over-left Command) गर्ने ।
- १२ Get Back कमाण्ड दिने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ९.१ फरवार्ड कमाण्ड (Forwad Command) गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने । ४ डुंगामा हावा भर्ने । ५ लाइफलाइन जाँच गर्ने । ६ होशियारी पूर्वक सन्तुलन मिलाएर डुंगामा बस्ने । ७ प्याडल लिएर समात्न सिकाउने । ८ एउटा हातले "T Grip" भागमा र अर्को हातले प्याडलको बीच (Shaft) भागमा समात्ने । ९ All Forwad Command दिने । १० प्याडल समातेर अगाडि बाट प्याडलको ब्लेड पानीमा गाडेर प्याडल तान्ने । ११ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १२ कार्यको अभिलेख राख्ने । 	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • खोला/नदी/कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू • डुङ्गा/पेडल <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Forwad Command गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर डुंगामा राखेको । • एउटा हातले "T Grip" भागमा र अर्को हातले प्याडलको बीच भागमा समातेको । 	<p>फरवार्ड कमाण्ड</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • फवार्ड कमाण्डहरू • डुंगामा हावा भर्ने विधि । • लाइफलाइन जाँच गर्ने विधि । • प्याडल समात्ने तरिका • प्याडलले पानी तान्ने विधि • कम्पनीको नियमहरू • गाइड कमाण्ड

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू, डुंगा, प्याडल

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने ।
- यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर डुंगामा राख्ने ।
- ध्यानपूर्वक कमाण्ड सुन्ने र दुरुस्त पालना गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा

कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ९.२. व्याक प्याडल कमाण्ड (Back Paddle Command) गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादनउ द्वेश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३ डुंगामा हावा भर्ने ।</p> <p>४ लाइफलाइन जाँच गर्ने ।</p> <p>५ व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने ।</p> <p>६ होशियारी पूर्वक सन्तुलन मिलाएर डुंगामा बस्ने ।</p> <p>७ प्याडल लिएर "T Grip" समात्न सिकाउने ।</p> <p>८ एउटा हातले "T Grip" भागमा र अर्को हातले प्याडलको बीच भागमा समाउने ।</p> <p>९ All Backward Command दिने</p> <p>१० प्याडल समातेर पछाडि ढल्कदै प्याडलको ब्लेड पानीमा गाडेर प्याडल अगाडि ठेल्ने ।</p> <p>११ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>१२ कार्यको अभिलेख राख्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • खोला/नदी/कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू • डुङ्गा/पेडल <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Back paddle Command गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर डुंगामा राखेको । • एउटा हातले "T Grip" भागमा र अर्को हातले प्याडलको बीच भागमा समातेको । 	<p>व्याक प्याडल कमाण्ड</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिभाषा • व्याकवार्ड कमाण्डहरू • डुंगामा हावा भर्ने विधि । • लाइफलाइन जाँच गर्ने विधि • प्याडल तान्ने विधि । • डुंगामा सन्तुलन मिलाउने तरिका । • कम्पनीको नियमहरू • गाइड कमाण्ड ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- डुंगा, व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू, प्याडल

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने ।
- यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर डुंगामा राख्ने ।
- ध्यानपूर्वक कमाण्ड सुन्ने र दुरुस्त पालना गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ९.३. लेफ्ट ड्र कमाण्ड (Left Draw Command) गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ डुंगामा हावा भर्ने । ४ लाइफलाइन जाँच गर्ने । ५ व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने । ६ होशियारी पूर्वक सन्तुलन मिलाएर डुंगामा बस्ने । ७ प्याड लिएर "T" समात्न सिकाउने । ८ दायाँहातले "T" भागमा र बायाँहातले प्याडलको बीच भागमा समाउने । ९ Left Draw Command दिने १० डुंगाको बायाँतिर बसेर बायाँतिरै प्याडलको ब्लेड पानीमा गाडेर प्याडल जस्ताको तेस्तै तान्ने । ११ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १२ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> • खोला/नदी/कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू • डुङ्गा/पेडल निर्दिष्टकार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> • Left Draw Command गर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> • यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर डुंगामा राखेको । • दायाँ हातले "T" भागमा र बायाँ हातले प्याडलको बीच भागमा समातेको । • बायाँतिरै प्याडलको ब्लेड पानीमा गाडेर प्याडल जस्ताको तेस्तै तानेको 	लेफ्ट ड्र कमाण्ड <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • डुंगामा हावा भर्ने विधि । • लाइफलाइन जाँच गर्ने विधि । • प्याडल तान्ने विधि । • डुंगामा सन्तुलन मिलाउने तरिका । • कम्पनीको नियमहरू । • गाइड कमाण्ड ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- डुंगा, व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू, प्याडल

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने ।
- यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर डुंगामा राख्ने ।
- ध्यानपूर्वक कमाण्ड सुन्ने र दुरुस्त पालना गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ९.४. राइट ड्र कमाण्ड (Right Draw Command) गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३ डुंगामा हावा भर्ने ।</p> <p>४ लाइफलाइन जाँच गर्ने ।</p> <p>५ व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने ।</p> <p>६ होशियारी पूर्वक सन्तुलन मिलाएर डुंगामा बस्ने ।</p> <p>७ प्याडललिएर "T" समात्न सिकाउने ।</p> <p>८ बायाँहातले "T" भागमा र दायाँहातले प्याडलको बीच भागमा समाउने ।</p> <p>९ Right Draw Command दिने</p> <p>१० डुंगाको दायाँतिर बसेर दायाँतिरै प्याडलको ब्लेड पानीमा गाडेर प्याडल जस्ताको तेस्तै तान्ने ।</p> <p>११ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>१२ कार्यको अभिलेख राख्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • खोला/नदी/कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू • डुङ्गा/पेडल <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • राइट ड्र कमाण्ड (Right Draw Command) गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर डुंगामा राखेको । • बायाँहातले "T" भागमा र दायाँ हातले प्याडलको बीच भागमा समातेको । • दायाँतिरै प्याडलको ब्लेड पानीमा गाडेर प्याडल जस्ताको तेस्तै तानेको । 	<p>राइटड्र कमाण्ड</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • डुंगामा हावा भर्ने विधि । • लाइफ लाइन जाँच गर्ने विधि । • प्याडल तान्ने विधि । • डुंगामा सन्तुलन मिलाउने तरिका । • कम्पनीको नियमहरू । • गाइड कमाण्ड ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- डुंगा, व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू, प्याडल

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने ।
- यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर डुंगामा राख्ने ।
- ध्यानपूर्वक कमाण्ड सुन्ने र दुरुस्त पालना गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा

कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ९.५. लेफ्ट व्याक कमाण्ड (Left Back Command) गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ ढुंगामा हावा भर्ने । ४ लाइफलाइन जाँच गर्ने । ५ व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने । ६ होशियारी पूर्वक सन्तुलन मिलाएर ढुंगामा बस्ने । ७ प्याडल लिएर "TGrip" समात्न सिकाउने । ८ एउटा हातले "T Grip" भागमा र अर्को हातले प्याडलको बीच भागमा समाउने । ९ Left Back Command दिने । १० बायाँ तिर बस्नेलाई प्याडलको ब्लेड पानीमा गाडेर पछाडीबाट अगाडि ठेल्ल लगाउने । ११ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १२ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • खोला/नदी/कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू • ढुङ्गा/पेडल <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Left Back Command गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर ढुंगामा राखेको । • दायाँ बस्नेले प्याडलद्वारा पानी अगाडीबाट पछाडी तानेको र बायाँ बस्नेले प्याडलद्वारा पानीलाई पछाडीबाट अगाडी तर्फ धकेलेको । 	<p>लेफ्ट व्याक कमाण्ड</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • ढुंगामा हावा भर्ने विधि । • लाइफलाइन जाँच गर्ने विधि । • प्याडल तान्ने विधि । • ढुंगामा सन्तुलन मिलाउने तरिका । • कम्पनीको नियमहरू । • गाईड कमाण्ड ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- ढुंगा, व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू, प्याडल

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने ।
- यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर ढुंगामा राख्ने ।
- ध्यानपूर्वक कमाण्ड सुन्ने र दुरुस्त पालना गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ९.६. राइट व्याक कमाण्ड (Right Back Command) गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ डुंगामा हावा भर्ने । ४ लाइफलाइन जाँच गर्ने । ५ व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने । ६ होशियारी पूर्वक सन्तुलन मिलाएर डुंगामा बस्ने । ७ प्याडल लिएर "TGrip" समात्न सिकाउने । ८ एउटा हातले "TGrip" भागमा र अर्को हातले प्याडलको बीच भागमा समाउने । ९ Left forward Right Back Command दिन । १० दायाँतिर बस्नेलाई प्याडलको ब्लेड पानीमा गाडेर पछाडिबाट अगाडि ठेल्ल लगाउने । ११ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १२ कार्यको अभिलेख राख्ने । 	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • खोला/नदी/कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू • डुङ्गा/पेडल <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Right Back Command गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर डुंगामा राखेको । • बायाँ बस्नेले प्याडलद्वारा पानी अगाडिबाट पछाडि तानेको र दायाँ बस्नेले प्याडलद्वारा पानीलाई पछाडिबाट अगाडितर्फ धकेलेको । 	<p>राइट व्याक कमाण्ड</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • डुंगामा हावा भर्ने विधि । • लाइफलाइन जाँच गर्ने विधि । • प्याडल तान्ने विधि । • डुंगामा सन्तुलन मिलाउने तरिका । • कम्पनीको नियमहरू । • गाइड कमाण्ड ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- डुंगा, व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू, प्याडल

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने ।
- यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर डुंगामा राख्ने ।
- ध्यानपूर्वक कमाण्ड सुन्ने र दुरुस्त पालना गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा

कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ९.७ गेट डाउन कमाण्ड (Get Down Command) गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ ढुंगामा हावा भर्ने । ४ लाइफलाइन जाँच गर्ने । ५ व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने । ६ होशियारी पूर्वक सन्तुलन मिलाएर ढुंगामा बस्ने । ७ प्याडल लिएर "TGrip" समात्न सिकाउने । ८ खोलामा खतरनाक छालहरू वा अन्य कुनै खतरा आएमा गेड इनसाइड कमाण्ड दिइ ढुंगा भित्र बस्न लगाउने । ९ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १० कार्यको अभिलेख राख्ने । 	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • खोला/नदी/कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू • ढुङ्गा/पेडल <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • गेट डाउन कमाण्ड गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर ढुंगामा राखेको । • खोलामा खतरनाक छालहरू वा अन्य कुनै खतरा आएमा गेड इनसाइड कमाण्ड दिइ ढुंगा भित्र बस्न लगाएको । 	<p>गेट डाउन कमाण्ड</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • ढुंगामा हावा भर्ने विधि । • लाइफ लाइन जाँच गर्ने विधि । • ढुंगामा सन्तुलन मिलाउने तरिका । • प्याडल समात्ने विधि । • कम्पनीको नियमहरू । • गाइड कमाण्ड ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- ढुंगा, व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू, प्याडल

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने ।
- यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर ढुंगामा राख्ने ।
- ध्यानपूर्वक कमाण्ड सुन्ने र दुरुस्त पालना गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ९.८ स्टप कमाण्ड (Stop Command) गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३ डुंगामा हावा भर्ने ।</p> <p>४ लाइफलाइन जाँच गर्ने ।</p> <p>५ व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने ।</p> <p>६ होशियारी पूर्वक सन्तुलन मिलाएर डुंगामा बस्ने ।</p> <p>७ प्याडल लिएर "TGrip" समात्न सिकाउने ।</p> <p>८ स्टप कमाण्ड दिने ।</p> <p>९ प्याडल नचलाई डुंगा भित्र बस्ने ।</p> <p>१० प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>११ कार्यको अभिलेख राख्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • खोला/नदी/कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू • डुङ्गा/पेडल <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stop Command गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर डुंगामा राखेको । • आवश्यकता अनुसार स्टप कमाण्ड दिएको । 	<p>स्टप कमाण्ड</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • डुंगामा हावा भर्ने विधि । • लाइफलाइन जाँच गर्ने विधि । • प्याडल समात्ने विधि । • डुंगामा सन्तुलन मिलाउने तरिका । • कम्पनीको नियमहरू । • गाइड कमाण्ड ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- डुंगा, व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू, प्याडल

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने ।
- यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर डुंगामा राख्ने ।
- ध्यानपूर्वक कमाण्ड सुन्ने र दुरुस्त पालना गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ९.९ होल्ड -अनकमाण्ड (Hold on) गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ डुंगामा हावा भर्ने । ४ लाइफ लाइन जाँच गर्ने । ५ व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने । ६ होशियारी पूर्वक सन्तुलन मिलाएर डुंगामा बस्ने । ७ प्याडल लिएर "TGrip" समात्न सिकाउने । ८ होल्ड अनकमाण्ड दिने । ९ खोलामा ठूला, खतरानाक छालहरू आएमा डुंगा वरिपरि बाँधेर राखेको लाइफलाइन समातेर प्याडल नचलाई डुंगाभित्र राखी आफु बसेकै ठाँउमा स्थिर रहने । १० प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ११ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • खोला/नदी/कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू • डुङ्गा/पेडल <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hold on कमाण्ड गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर डुंगामा राखेको । • होल्ड अन कमाण्डमा प्याडललाई डुंगाभित्र राखी सबै यात्री स्थिर बसेको । 	<p>होल्ड अनकमाण्ड</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • डुंगामा हावा भर्ने विधि । • लाइफ लाइन जाँच गर्ने विधि । • डुंगामा सन्तुलन मिलाउने तरिका । • प्याडल समात्न विधि । • कम्पनीको नियमहरू । • गाइड कमाण्ड ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- डुंगा, व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू, प्याडल

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने ।
- यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर डुंगामा राख्ने ।
- ध्यानपूर्वक कमाण्ड सुन्ने र दुरुस्त पालना गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ९.१०. ओभर राइट कमाण्ड (Over-right Command) गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ डुंगामा हावा भर्ने । ४ लाइफलाइन जाँच गर्ने । ५ व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने । ६ होशियारी पूर्वक सन्तुलन मिलाएर डुंगामा बस्ने । ७ प्याडल लिएर "TGrip" समात्न सिकाउने । ८ ओभर राइट कमाण्ड दिने । ९ डुंगा व्यालेन्स नभएमा दायाँ भागमा तौल बढाउन बायाँ भागमा बस्नेलाई दायाँ तिर ढल्किएर बस्न लगाउने । १० प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ११ कार्यको अभिलेख राख्ने । 	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • खोला / नदी / कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू • डुङ्गा / पेडल <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Over-right Command गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर डुंगामा राखेको । • ओभर राइट कमाण्ड दिदा बायाँ भागमा बस्ने यात्री दायाँ तिर ढल्किएको । 	<p>ओभर राइट कमाण्ड</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • डुंगामा हावा भर्ने विधि । • लाइफलाइन जाँच गर्ने विधि । • डुंगामा सन्तुलन मिलाउने तरिका । • प्याडल समात्ने विधि । • कम्पनीको नियमहरू । • गाइड कमाण्ड ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- डुंगा, व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू, प्याडल

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने ।
- यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर डुंगामा राख्ने ।
- ध्यानपूर्वक कमाण्ड सुन्ने र दुरुस्त पालना गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ९.११. ओभर लेफ्ट कमाण्ड (Over-left Command) गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ डुंगामा हावा भर्ने । ४ लाइफलाइन जाँच गर्ने । ५ व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने । ६ होशियारी पूर्वक सन्तुलन मिलाएर डुंगामा बस्ने । ७ प्याडल लिएर "TGrip" समात्न सिकाउने । ८ ओभर लेफ्ट कमाण्ड दिने । ९ डुंगा व्यालेन्स नभएमा बायाँ भागमा तौल बढाउन दायाँ भागमा बस्नेलाई बायाँतिर ढल्किएर बस्न लगाउने । १० प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ११ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • खोला/नदी/कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू • डुङ्गा/पेडल <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Over-left Command गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर डुंगामा राखेको । • ओभर लेफ्ट कमाण्ड दिदा दायाँ भागमा बस्ने यात्री बायाँ तिर ढल्किएको । 	<p>ओभर लेफ्ट कमाण्ड</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • डुंगामा हावा भर्ने विधि । • लाइफलाइन जाँच गर्ने विधि । • प्याडल समात्ने विधि । • डुंगामा सन्तुलन मिलाउने तरिका । • कम्पनीको नियमहरू । • गाइड कमाण्ड ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- डुंगा, व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू, प्याडल

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने ।
- यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर डुंगामा राख्ने ।
- ध्यानपूर्वक कमाण्ड सुन्ने र दुरुस्त पालना गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ९.१२. Get Back कमाण्ड दिने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ डुंगामा हावा भर्ने । ४ लाइफलाइन जाँच गर्ने । ५ व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने । ६ होशियारी पूर्वक सन्तुलन मिलाएर डुंगामा बस्ने । ७ प्याडल लिएर "TGrip" समात्न सिकाउने । ८ एउटा हातले "T Grip" भागमा र अर्को हातले प्याडलको बीच भागमा समाउने । ९ कुनै अब्सट याकल वा असामान्य परिस्थिती आएमा गेट इनसाइड कमाण्ड दिई सकेपछि सामान्य अवस्था भएपछि गेट ब्याक कमाण्ड दिने । १० गेट ब्याक कमाण्डमा सबै यात्रीहरू पुन पहिलेकै अवस्थामा चेम्बर माथी आएर बस्ने । ११ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १२ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> • खोला / नदी / कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू • डुङ्गा / पेडल निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> • Get Back कमाण्ड दिने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> • गेड इनसाइड पछि गेड ब्याक कमाण्डमा सबै यात्रीहरू पुन पहिलेकै अवस्थामा चेम्बर माथी आएर बसेको । 	Get back <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • डुंगामा हावा भर्ने विधि । • लाइफलाइन जाँच गर्ने विधि । • प्याडल समात्ने विधि । • डुंगामा सन्तुलन मिलाउने तरिका । • कम्पनीको नियमहरू । • गाइड कमाण्ड ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- डुंगा, व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू, प्याडल

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने ।
- यात्रुलाई सन्तुलन मिलाएर डुंगामा राख्ने ।
- सिकाए बमोजिम प्याडल समाउने ।
- ध्यानपूर्वक कमाण्ड सुन्ने र दुरुस्त पालना गर्ने ।

मोड्यूल १०: आपतकालीन व्यवस्थापन

समय : ३ घण्टा (सै), १८ घण्टा (प्र) = २१ घण्टा

पाठ्यविवरण : यस मोड्यूलमा ज्याफिटड गर्दा अपर्भट आइपन सक्ने असामान्य घटना वा परिस्थिति सामना गर्ने कार्यसँग सम्बन्धित आवश्यक ज्ञान र सीपहरु समावेश गरिएको छ ।

उद्देश्य:

- असामान्य घटना वा परिस्थितिको व्यवस्थापन गर्ने ।

कार्यहरु:

- १ असामान्य परिस्थितिको जाँच/ व्यवस्थापन गर्ने ।
- २ Cape size व्यवस्थापन गर्ने ।
- ३ Raft trap/Pin व्यवस्थापन गर्ने ।
- ४ गलत संकेतको कारणले हुने परिस्थितिको व्यवस्थापन गर्ने ।
- ५ आँधी तुफान आउँदा डुंगाको व्यवस्थापन गर्ने ।
- ६ बाढी आउँदा डुंगाको व्यवस्थापन गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: ३.५ घण्टा

कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १०.१. असामान्य परिस्थितिको व्यवस्थापन गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ विगतमा भएका असामान्य परिस्थितिको बारे जानकारी लिने । ४ खतराको पूर्वानुमान गर्ने । ५ स्थानीय तथा Improvised साधन/ उद्धार सामग्री तयारी अवस्थामा राख्ने । ६ प्राकृतिक विपदको आंकलन गर्ने । ७ मौसमी भविष्यवाणी बारे अपडेट रहने । ८ बाढी तथा आँधीहुरी आएमा यात्रु एवं डुंगालाई सुरक्षित स्थानमा लग्ने । ९ मानव बस्तीको नजिक वा खुला स्थानमा सुरक्षित क्याम्प बनाउने । १० प्राथमिक उपचार बक्स तयारी अवस्थामा राख्ने । ११ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १२ कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● असामान्य परिस्थितिको व्यवस्थापन गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● खतराको पुर्वानुमान गरी आवश्यक सुरक्षा, सावधानी अपनाएको । 	<p>असामान्य परिस्थिति</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिभाषा ● प्रकार ● कारणहरू ● उद्धार सामग्री <ul style="list-style-type: none"> ○ परिभाषा ○ प्रकार ● परिस्थिति व्यवस्थापन गर्ने विधि । ● व्यवस्थापन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू बोट, प्याडल, प्राथमिक उपचार बक्स

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- विगतमा भएका असामान्य परिस्थितिको बारे जानकारी लिने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा

कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १०.२ Cape size व्यवस्थापन गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ नदीको अवस्थाबारे गहन रूपमा जानकारी लिने । ४ व्यक्तिगत सुरक्षा सामग्रीहरू प्रयोग गर्ने । ५ दक्ष र अनुभवीले मात्र प्याडल कमाण्ड गर्ने । ६ बोटको सन्तुलन मिलाएर यात्रु राख्ने । ७ ठूला ठूला छाल भएको स्थान छलेर सुरक्षित रुट बाट बोट लैजाने । ८ Cape size भएको अवस्थामा गाइड पहिले बोटमा चढेर नआतंकन Re Flip गरी लाइफलाई नपकडन लगाइ पानी भित्र भएका अन्य यात्रुलाई बोटमा चढाउने । ९ बोट पल्टिँदा ठीक बोट मुनि परेमा टाउको च्याम्बरमा निकाल्ने वा पानी मुनिबाट पौडिँदै विपरित दिशामा निस्कने । १० विरामीलाई प्राथमिक उपचार दिने । ११ सहयोगका लागि उद्धार निकायलाई सम्पर्क गर्ने । १२ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १३ कार्यको अभिलेख राख्ने । 	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cape size व्यवस्थापन गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • मौसमी भविष्यवाणीबारे अद्यावधिक रहेको । • कमाण्ड प्याडल बाट दिशानिर्देश गरे अनुसार सुरक्षित रुटबाट लगेको । • कमाण्डरले दिएको संकेत अनुसार कार्य गरेको । • उद्धार गर्ने निकायसँग सम्पर्कमा रहेको । 	<p>Cape size व्यवस्थापन:</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय <p>Cape size</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • कारणहरू • Re Flip गर्ने विधि • लाइफलाइन पकड्ने विधि • डुंगा चलाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू • डुंगाको सन्तुलन मिलाउने विधि • प्याडल कमाण्डबारे ब्रिफिङ

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू बोट, प्याडल, प्राथमिक उपचार बक्स

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (लाइफज्याकेट) लगाउने ।
- हाइड्रोफोबिया भएका व्यक्ति पानीमा नजाने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: ३.५ घण्टा
कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १०.३ Raft Wrap/Pin व्यवस्थापन गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ कमाण्डरले गाइडलाई निर्देश गरे अनुसारको सुरक्षित रुटबाट लैजाने। ४ कमाण्ड प्याडल बाट दिशा निर्देश गर्ने । ५ कुन वस्तुमा Raft Trap भएको पहिचान गर्ने । ६ च्याफ्टमा वजन सन्तुलन मिलाउन अडकिएको भाग तर्फ भएका यात्रीहरूलाई अर्को भागतर्फ सार्ने । ७ च्याफ्टलाई अडकिएको स्थानबाट सावधानी पूर्वक निकाल्ने । ८ प्याडलको प्रयोग गरी ढुंगालाई अडकाउने वस्तुबाट पन्छाउने । ९ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १० कार्यको अभिलेख राख्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> ● Raft Trap व्यवस्थापन गर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> ● कमाण्ड प्याडल बाट दिशानिर्देश गरे अनुसार सुरक्षित रुटबाट लगेको । ● कमाण्डरले दिएको संकेत अनुसार कार्य गरेको । ● उद्धार गर्ने निकाय सँग सम्पर्कमा रहेको । 	Raft Wrap व्यवस्थापन: <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय Raft Wrap <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● कारणहरू ● Raft Trap भएको ठाँउबाट निकाल्ने विधि ● ढुंगा चलाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू ● ढुंगाको सन्तुलन मिलाउने विधि ● प्याडल कमाण्ड बारे ब्रिफिङ

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू: बोट, प्याडल, प्राथमिक उपचार बक्स

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (लाइफज्याकेट) लगाउने ।
- हाइड्रोफोबिया भएका व्यक्ति पानीमा पौडिन नजाने ।
- साँगुरो र ढुंगा भएको रुटबाट नलैजाने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: ३.५ घण्टा
कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १०.४.संकेतको कारणले हुने परिस्थितिको व्यवस्थापन गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३ संकेत दिनेले संकेत दिई सकेपछि लिने व्यक्तिले टाउको, बुढी औला र चोर औला जोडेर ठीक मैले बुझें (Ok I understand) भनेपछि संकेत बुझेको यकिन गर्ने ।</p> <p>४ संकेत लिने व्यक्तिले संकेत भन्दा फरक काम गरेको देखेमा आपतकालिन सिट्टी बजाएर रोक्ने ।</p> <p>५ संकेत भन्दा फरक काम गरी दुर्घटना भएमा तुरुन्त उद्धार गर्ने ।</p> <p>६ आवश्यक परेमा उद्धार टोलीलाई सम्पर्क गरी यात्रुको उद्धार गर्ने ।</p> <p>७ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>८ कार्यको अभिलेख राख्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● संकेतको कारणले हुने परिस्थितिको व्यवस्थापन गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● संकेत दिई सकेपछि लिने व्यक्तिले टाउको, बुढी औला र चोर औला जोडेर ठीक मैले बुझें (Ok I understand) भनेको । ● संकेत दिने व्यक्तिले दिएको संकेत अनुसार कार्य गरेको । ● उद्धार गर्ने निकायसँग सम्पर्कमा रहेको । 	<p>संकेतको कारणले हुने परिस्थितिको व्यवस्थापन</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● संकेत चिन्हहरू (हातको सिट्टीको, प्याडलको) ● दुर्घटनाका कारणहरू ● ढुंगा चलाउँदाध्यान दिनुपर्ने कुराहरू ● प्याडल कमाण्डबारे ब्रिफिङ ● उद्धार गर्ने तरिका

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू बोट, प्याडल, प्राथमिक उपचार बक्स

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (लाइफ ज्याकेट) लगाउने ।
- संकेतबारे ब्रिफिङ गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा
कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १०.५. आँधी/तुफान आउँदा ढुंगाको व्यवस्थापन गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ मौशमी भविष्यवाणी बारे जानकारी लिने । ४ आँधीतुफान आउन शुरु भएपछि ढुंगालाई किनारा लगाउने । ५ यात्रुलाई नआत्तिकन ओर्लन लगाई सुरक्षित स्थानमा विश्राम गराउने । ६ ढुंगालाई किनारामा लगी बलियो रुख, पिकेट वा ढुंगामा बाँधी सुरक्षित पार्ने । ७ भिजाउन नहुने सामानलाई ड्राइव्यागमा राख्ने । ८ चट्याडबाट जोगिन ठुला ढुंगावा रुख भन्दा पर सुरक्षित स्थानमा बस्ने । ९ सम्पर्क कार्यालय सँग सम्पर्कमा रही हरेक पलको जानकारी दिने । १० आँधीतुफान आउन रोकिएपछि मात्र कार्य सुचारु गर्ने । ११ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १२ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यस्थल औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> आँधी/तुफान आउँदा ढुंगाको व्यवस्थापन गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> मौशमी भविष्यवाणी बारे अद्यावधिक रहेको । आँधीआउने संकेत देखिएपछि ढुंगालाई किनारा लगाएको । यात्रुलाई नआत्तिकन ओर्लन लगाई सुरक्षित स्थानमा विश्राम गर्न लगाएको । ढुंगालाई किनारामा लगी बलियो रुख, पिकेट वा ढुंगामा बलियोसँग बाँधेको । उद्धार गर्ने निकायसँग सम्पर्कमा रहेको । 	<p>आँधी/तुफान</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय प्राकृतिक र कृत्रिम पिकेट आँधी/तुफान आउने संकेतहरू/लक्षणहरू आँधी तुफानबाट बच्ने उपाय चट्याडबाट बच्ने उपाय ढुंगा चलाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू, बोट, प्याडल, प्राथमिक उपचार बक्स, पिकेट, डोरी, ड्राइव्याग

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (लाइफ ज्याकेट) लगाउने ।
- आँधी तुफान आउन नरोकिएसम्म कार्य सुचारु नगर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा
कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १०.६. बाढी आउँदा डुंगाको व्यवस्थापन गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३ मौशमी भविष्यवाणीबारे जानकारी लिने ।</p> <p>४ बाढी आउन शुरु भएपछि डुंगालाई किनारा लगाउने ।</p> <p>५ डुंगा पल्टिएमा यात्रुको उद्धार गर्ने ।</p> <p>६ यात्रुलाई नआतंकन ओर्लन लगाई उच्च सुरक्षित स्थानमा विश्राम गराउने ।</p> <p>७ डुंगालाई किनारामा लगी बलियो रुख, पिकेट वा डुंगामा बलियो सँग बाँध्ने ।</p> <p>८ भिजाउन नहुने सामानलाई ड्राइव्यागमा राख्ने ।</p> <p>९ यात्रु र सामानहरूलाई अग्लो स्थानमा सुरक्षित राख्ने ।</p> <p>१० सम्पर्क कार्यालय सँग सम्पर्कमा रही हरेक पलको जानकारी दिने ।</p> <p>११ उद्धार आवश्यक परेमा सम्बन्धित निकायसँग सम्पर्क गर्ने ।</p> <p>१२ बाढी आउन रोकिएर पानीको तह सामान्य भएपछि मात्र कार्य सुचारु गर्ने ।</p> <p>१३ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>१४ कार्यको अभिलेख राख्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● बाढी आउँदा डुंगाको व्यवस्थापन गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● मौशमी भविष्यवाणी बारे अद्यावधिक रहेको । ● बाढी आउने संकेत देखिएपछि डुंगालाई किनारा लगाएको । ● यात्रुलाई नआतंकन ओर्लन लगाई उच्च सुरक्षित स्थानमा विश्राम गर्न लगाएको । ● डुंगालाई किनारामा लगी बलियो रुख, पिकेट वा डुंगामा बलियोसँग बाँधेको । ● उद्धार गर्ने निकायसँग सम्पर्कमा रहेको । 	<p>बाढी</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● बाढी आउने संकेतहरू/लक्षणहरू ● प्राकृतिक र कृत्रिम पिकेट ● डुंगा चलाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू ● डुंगाको सन्तुलन मिलाउने विधि ● प्याडल कमाण्डबारे ब्रिफिङ ● उद्धार गर्ने तरिका ● सुरक्षित स्थान

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू बोट, प्याडल, प्राथमिक उपचार बक्स, डोरी, ड्राइव्याग

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण, लाइफ ज्याकेट, हेल्मेट, लगाउने ।
- बाढी आएको बेला नदी किनाराको अग्लो ठाँउमा जाने ।

मोड्यूल ११. ज्याफिटड उद्धार

समय : ४ घण्टा (सै), २० घण्टा (प्र) = २४ घण्टा

पाठ्यविवरण : यस मोड्यूलमा ज्याफिटड गर्ने क्रममा यदि कुनै घटना/दुर्घटनाको उद्धार गर्ने कायसँगसम्बन्धित परिस्थिति आईपरेमा यात्रुलाई सुरक्षित आवश्यक पर्ने ज्ञान र सीपहरु समावेश गरिएको छ ।

उद्देश्य :

- विषम परिस्थितिमा उद्धार कार्य संचालन गर्न ।

कार्यहरु:

- १ बोलाउने (Shout Rescue) ।
- २ Reach rescue गर्ने ।
- ३ Row rescue गर्ने ।
- ४ Throw rescue गर्ने ।
- ५ Go and Tow rescue गर्ने ।
- ६ Helicopter Rescue awareness गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

प्रयोगात्मक: ३ घण्टा

कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ११.१ मौखिक निर्देशन दिने/बोलाउने (Shout Rescue) ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ पानीको बहाव अवलोकन गर्ने । ४ पानीको गहिराइ तथा खतरा नभएको यकिन गर्ने । ५ डुङ्गाबाट पानीमा भरेका यात्रीहरूलाई सुरक्षित स्थानतिर पैडिन प्रोत्साहन गर्ने । ६ पानीमा भरेका यात्रीको अवस्था र डुंगा देखिको दुरी अनुमान गर्ने । ७ पानीमा भरेका यात्रीहरूलाई नआत्ती धैर्यताका साथ पैडिन प्रोत्साहन गर्ने । ८ डुंगालाई सके जति डुबेको यात्रुको नजिक लग्ने । ९ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण र सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● मौखिक निर्देशन (Shout rescue) गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● चर्को र स्पष्ट रूपमा निर्देशन दिदै सान्त्वना दिएको । ● डुंगालाई सकेजति डुबेको यात्रुको नजिक लगेको । 	<p>Shout rescue</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● रेस्क्यु निर्देशनहरू ● विधि ● डुंगा चलाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू ● सुरक्षा सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- सुरक्षा उपकरणहरू, प्राथमिक उपचार बक्स ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: ३.५ घण्टा

कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ११.२. Reach rescue गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ पानीको बहाव अवलोकन गर्ने । ४ पानीको गहिराइ तथा खतरा नभएको यकिन गर्ने । ५ सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने । ६ पानीमा भरेका यात्रीको अवस्था र डुंगा देखिको दुरी अनुमान गर्ने । ७ डुंगालाई सकेजति भरेको यात्रुको नजिक लग्ने । ८ नजिक पुगेपछि डोरी वा प्याडल डुबेको यात्रुसम्म पुऱ्याउने । ९ यात्रु आफैँले समातेपछि डुबेको यात्रुलाई तानेर पानीबाट बाहिर निकाली डुंगामा राख्ने वा बाहिर किनारामा निकाल्ने । १० प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ११ कार्यको अभिलेख राख्ने । 	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reach rescue गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • डोरी वा प्याडल प्रयोग गरी सुरक्षित रूपमा डुबेको यात्रुलाई पानीबाट बाहिर निकालेको । 	<p>रिच रेस्क्यू</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • रेस्क्यू उपकरणहरू • विधि • डुंगा चलाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू • श्रो व्याग प्रयोग विधि • सुरक्षा सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- पम्प, सुरक्षा उपकरणहरू, डोरी, ओर, ओर फेम, हार्नेस, प्याडल, डुंगा, सिट्टी, मर्मत किट, पेलिकन बक्स, प्राथमिक उपचार बक्स ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: ३.५ घण्टा

कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ११.३. Row rescue गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने । ४ पानीको बहाव अवलोकन गर्ने । ५ पानीको गहिराइ तथा खतरा नभएको यकिन गर्ने । ६ पानीमा भरेका यात्रीको अवस्था र डुंगा देखिको दुरी अनुमान गर्ने । ७ डुंगा चलाएर डुबेको यात्रुको नजिकै लाने । ८ डुंगाबाटै यात्रुको लाईफ ज्याकेटको कुममा समातेर पानीबाट बाहिर निकाल्ने र डुंगामा राख्ने । ९ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १० कार्यको अभिलेख राख्ने ।	<u>अवस्था(Situation):</u> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <u>निर्दिष्ट कार्य (Task):</u> <ul style="list-style-type: none"> ● Row rescue गर्ने । <u>मानक (Standard):</u> <ul style="list-style-type: none"> ● डुंगा नजिक पुऱ्याएर सुरक्षित रूपमा भरेको यात्रुलाई पानीबाट बाहिर निकालेको । 	<u>रो रेस्क्यू</u> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● रेस्क्यू उपकरणहरू ● विधि ● डुंगा चलाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू ● सुरक्षा सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- सुरक्षा उपकरणहरू, डोरी, ओर, ओर फेम, हार्नेस, प्याडल, डुंगा, सिट्टी, मर्मत किट, पेलिकन बक्स, पम्प, प्राथमिक उपचार बक्स ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: ३.५ घण्टा
कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ११.४. Throw rescue गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने । ४ पानीको बहाव अवलोकन गर्ने । ५ पानीमा भरेका यात्रीको अवस्था र डुंगावा किनारा देखिको दुरी अनुमान गर्ने । ६ डुंगाबाट वा किनाराबाट डुबेको ब्यक्तीलाई बोलाएर आफुतर्फ ध्यानाकर्षण गराउने । ७ डुंगा वा किनाराबाट थ्रो व्याग, रोप वा कुनै पनि उपयुक्त उद्धार उपकरण भरेको यात्रुतिर पुग्ने गरी फालिदिने । ८ भरेको यात्रुले रोप वा उद्धार उपकरण समातेपछि तानी पानीबाट बाहिर निकाल्ने । ९ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १० कार्यको अभिलेख राख्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यस्थल औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> Throw rescue गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> थ्रो व्याग वा अन्य उद्धार उपकरण प्रयोग गरी सुरक्षित रूपमा भरेको यात्रुलाई पानी बाट बाहिर निकालेको । 	<p>थ्रो रेस्क्यू</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय रेस्क्यू उपकरणहरू विधि दुरी अनुमान गर्ने विधि डुंगा चलाउँदाध्यान दिनुपर्ने कुराहरू थ्रो व्याग प्रयोग विधि सुरक्षा सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

सुरक्षा उपकरणहरू, डोरी, थ्रो व्याग, ओर, ओर फेम, हार्नेस, प्याडल, डुंगा, सिट्टी, मर्मत किट, पम्प, पेलिकन बक्स, प्राथमिक उपचार बक्स ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- कुनै पनि किसिमको आवाज दिए भरेको यात्रीको ध्यान आफुतर्फ खिच्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: ३.५ घण्टा

कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ११.५. Go and Tow rescue गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३ सुरक्षा उपकरणहरू लगाउने ।</p> <p>४ पानीको बहाव अवलोकन गर्ने ।</p> <p>५ पानीको गहिराइ तथा खतरा नभएको यकिन गर्ने ।</p> <p>६ पानीमा भरेका यात्री अवस्था र ढुंगा देखिको दुरी अनुमान गर्ने ।</p> <p>७ ढुंगालाई सके जति भरेको यात्रुको नजिक लग्ने ।</p> <p>८ नजिक पुगेपछि हामफालेर पौडी खेल्दै यात्रुको नजिक जाने ।</p> <p>९ ढुंगाबाटै यात्रुको लाईफ ज्याकेटको कुममा समातेर पानीबाट बाहिर निकाल्ने र ढुंगामा राख्ने ।</p> <p>१० सकेसम्म भरेको ब्यक्तीलाई ब्याक एप्रोच माफर्त समात्ने ।</p> <p>११ भरेको यात्रीले उद्धारकलाई समेत डुवाउन सक्ने कुरामा ध्यानदीने ।</p> <p>१२ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>१३ कार्यको अभिलेख राख्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <p>Go and Tow rescue गर्ने ।</p> <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • पौडी खेल्दै यात्रुको नजिक पुगी भरेको यात्रुलाई सुरक्षित रूपमा उद्धार गरेको । 	<p>गो एण्ड टो रेस्क्यू</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • विधि • ढुंगा चलाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू • पौडी खेल्ने तरिका • सुरक्षा सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- सुरक्षा उपकरणहरू, डोरी, ओर, ओर फेम, हार्नेस, प्याडल, ढुंगा, सिटी, मर्मत किट, पम्प, पेलिकन बक्स, प्राथमिक उपचार बक्स ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : १ घण्टा
प्रयोगात्मक: ३ घण्टा
कुल समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) ११.६. Helicopter Rescue awareness गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ रेस्क्यू गर्नुपर्ने यात्रुलाई तयारी अवस्थामा राख्ने । ४ हेलिकप्टर आइपुग्ने समय र ल्याण्ड गर्ने स्थल यकिन गर्ने । ५ उद्धार टोलीले देखे गरी भण्डा वा कपडाले संकेत गर्ने । ६ हेलिकप्टर कता फर्काएर ल्याण्ड गर्ने जानकारी गराउने । ७ ल्याण्ड गर्ने बेला सामान तथा मानिसहरूलाई पर हटाउने । ८ हेलिकप्टरको पँखेटा मुनि वा वरपर मानिसलाई जान निषेध गर्ने । ९ ल्याण्ड गर्ने स्थल सफा गर्ने । १० प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ११ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यस्थल औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> Helicopter Rescue awareness गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ल्याण्ड गर्ने स्थल सफा र सुरक्षित पारेको । 	<p>Helicopter Rescue awareness</p> <ul style="list-style-type: none"> परिचय रेस्क्यू विधि सुरक्षा सावधानी हेलिकप्टर फर्काएर ल्याण्ड गर्ने दिशाको जानकारी

औजार उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

सुरक्षा उपकरणहरू, डोरी, बडी हार्नेस, हेलिकप्टर, प्राथमिक उपचार बक्स ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।

मोड्यूल १२. मर्मत संभार

समय : ८ घण्टा (सै), ३० घण्टा (प्र) = ३८ घण्टा

पाठ्यविवरण : यस मोड्यूलमा ज्याफिटडका पार्टहरू मर्मत गर्ने कायसँग सम्बन्धित आवश्यक ज्ञान र सीपहरू समावेश गरिएको छ ।

उद्देश्य :

- ज्याफ्ट/डुंगा तथा कायकका विभिन्न भागहरू मर्मत/संभार गर्न ।

कार्यहरू:

- १ व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू (PPE) सेट मर्मत गर्ने ।
- २ ओर प्याडल (Oar Paddle) मर्मत गर्ने ।
- ३ टेन्ट मर्मत गर्ने ।
- ४ डुंगाको फ्रेम मर्मत गर्ने ।
- ५ पम्प मर्मत गर्ने ।
- ६ कायक मर्मत गर्ने ।
- ७ च्याम्बर (Chamber) मर्मत गर्ने ।
- ८ ड्राइ व्याग (Dry bag/Barrel) मर्मत गर्ने ।
- ९ Dring मर्मत गर्ने ।
- १० क्रस ट्युब (Cross Tube) मर्मत गर्ने ।
- ११ डुंगाको भल्भ मर्मत गर्ने ।
- १२ फ्लोर भल्भ (Floor Valve)को Overflow मर्मत गर्ने ।
- १३ डुंगाको क्यारी ह्याण्डल मर्मत गर्ने ।
- १४ Life-line मर्मत गर्ने ।
- १५ Gas/Stove मर्मत गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : १ घण्टा
प्रयोगात्मक: २ घण्टा
कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १२.१. व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू (PPE) सेट मर्मत गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ हेलमेटको फिता जाँच गरी चुडेको/ टुटेको भए आवश्यकता अनुसार मर्मत गर्ने वा नयाँ फेर्ने । ४ लाइफ ज्याकेटको क्लिप र फिता टुटेको भए आवश्यकता अनुसार मर्मत गर्ने वानया फेर्ने । ५ मर्मत किटमा आवश्यक सम्पूर्ण सामानहरू हाली तयार गर्ने । ६ सुरक्षा सामग्रीहरू सफा गरी तयार गर्ने । ७ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ८ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • PPE सेट मर्मत गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू सफा भएको । • व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू कार्यावस्थामा भएको । 	<p>व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • सुरक्षा उपकरणहरू • प्रयोग • सुरक्षार सावधानीहरू • सरसफाई विधि • भण्डारण विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू, ज्याकेट, डोरी, थ्रो व्याग,

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- मर्मत गर्ने औजार होसियारी पूर्वक चलाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा
कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १२.२. ओर प्याडल (Oar paddle) मर्मत गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ ओर जाँचगरी टुटेको भए आवश्यकता अनुसार मर्मत गर्ने वा नयाँ फेर्ने । ४ प्याडलको टि जाँच गरी ठीक भएको यकिन गर्ने । ५ प्याडलको ब्लेड फेर्ने वा मर्मत गर्ने । ६ ओर फूमको रबर बूस मर्मत गर्ने । ७ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ८ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> • कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> • Oar Paddle मर्मत गर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> • ओर प्याडल कार्यावस्थामा भएको । 	ओर प्याडल <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • प्रयोग • सुरक्षा र सावधानीहरू • सरसफाई विधि । • मर्मत विधि • बेरिड मर्मत गर्ने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- बेरिड, रबर, ब्लेड, कांटी, डण्डी

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- मर्मत गर्ने औजार होसियारी पूर्वक चलाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा
कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १२.३. टेन्ट मर्मत गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ टेन्ट धोएर सफा गर्ने । ४ पोल, डण्डी खिया लागेको भए सफा गरी तयार गर्ने । ५ कांटी, हुकहरू मर्मत गर्ने । ६ मुसाले काटेको वा च्यातिएको भए सिलाउने । ७ टेन्ट बाँध्नेडोरी चुडेको भए नयाँ जोड्ने । ८ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ९ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> • कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> • टेन्ट मर्मत गर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> • टेन्ट सफा र सुरक्षित भएको । 	टेन्ट <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • प्रयोग • प्रकार • सुरक्षा र सावधानीहरू • सरसफाई विधि । • मर्मत विधि • टेन्टको गुणस्तर

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

टेन्टपोल, डण्डी, कांटी, हुक, डोरी

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- मर्मत गर्ने औजार होसियारी पूर्वक चलाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा
कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १२.४. ढुंगाको फ्रेम मर्मत गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ ढुंगामा हावा हाली लिकेज जाँच गर्ने । ४ ट्युवमा लिकेज भए लिकेज टाल्ने । ५ ढुंगाको फ्लोर, च्याम्बर, कस ट्युव जाँच गरी कार्यावस्थामा भएको यकिन गर्ने । ६ फ्रेम भाँच्चिएको भए नयाँफेर्ने । ७ फ्रेमको बेरिड विग्रिएको भए फेर्ने । ८ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ९ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • ढुंगाको फ्रेम मर्मत गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • ढुंगाको फ्लोर, च्याम्बर, कस ट्युव कार्यावस्थामा भएको । 	<p>ढुंगाको फ्रेम</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • प्रयोग • ट्युवको लिकेज टाल्ने विधि • बेरिड मर्मत गर्ने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

ढुंगा, फ्रेम, बेरिड, ट्युव, च्याम्बर, कस ट्युव

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- मर्मत गर्ने औजार होसियारी पूर्वक चलाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा
कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १२.५. पम्प मर्मत गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ पम्प भित्रको वासर मर्मत गर्ने । ४ पाइप मार्फत हावा भर्ने । ५ भाँचिएको वा खिएको भए डण्डी मर्मत गर्ने । ६ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ७ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● पम्प मर्मत गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● पम्प भित्रको वासर र डण्डी कार्यावस्थामा भएको । 	<p>पम्प</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रयोग ● प्रकार ● पम्पको वासर फेर्ने विधि ● डण्डी मर्मत गर्ने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

पम्प, डण्डी, वासर, तेल, पाइप, टेप

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- मर्मत गर्ने औजार होसियारी पूर्वक चलाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा
कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १२.६. कायक मर्मत गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ कायकको फुटपेज, सिटर मर्मत गर्ने । ४ कायकको बाहिरी भागमा प्वाल परेको भए मर्मत गर्ने । ५ कायकलाई पानीमा डुबाएर पानी पस्ने नपस्ने जाँच गर्ने । ६ स्पोटेक जाँच गर्ने । ७ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ८ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> ● कायक मर्मत गर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> ● कायकमा पानी नपसेको । ● कायकको फुटपेज, सिटर स्पोटेक कार्यावस्थामा भएको । 	कायक <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● कायकको भागहरू ● प्रयोग ● कायक मर्मत गर्ने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

कायक, नटबोल्ट, स्पोटेक, धागो, कैची, सुपरग्लू, साबुन, यमसिल

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- मर्मत गर्ने औजार होसियारी पूर्वक चलाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा
कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १२.७. च्याम्बर (Chamber) मर्मत गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ च्याम्बर उफ्किएको भए खाक्सीले घोटी सुक्खा पार्ने । ४ हार्नर र डेन्ड्राइड मिसाएर उफ्किएको भागमा पातलो गरी लगाउने र सुक्न दिने । ५ सुकेपछि टांस्ने र बेसरी थिच्ने । ६ २ घण्टा सुकाउने । ७ च्याम्बर जोडिएको छ छैन जाँच गर्ने । ८ नजोडिएको भए पुन अघिको प्रकृया दोहोर्याउने । ९ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १० कार्यको अभिलेख राख्ने । 	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Chamber मर्मत गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • उफ्किएको च्याम्बर राम्रो सँग जोडिएको । • च्याम्बर कार्यावस्थामा भएको । 	<p>च्याम्बर</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • प्रयोग • च्याम्बरका भागहरू • च्याम्बर मर्मत गर्ने सामग्रीहरू • मर्मत गर्ने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

च्याम्बर, खाक्सी, हार्नर र डेन्ड्राइड

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- मर्मत गर्ने औजार होसियारी पूर्वक चलाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: २.५ घण्टा
कुल समय: ३ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १२.८. ड्राइ व्याग (Dry bag/Barrel) मर्मत गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ ड्राइव्यागको फिता, क्लिप बिग्रेको भए मर्मत गर्ने । ४ व्यागमा प्वाल भए टाल्ने । ५ व्यारेल बोक्ने डोरी र ह्याण्डक्यारी जाँच गरी कमजोर भएको भए मर्मत गर्ने । ६ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ७ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	<u>अवस्था (Situation):</u> <ul style="list-style-type: none"> • कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <u>निर्दिष्ट कार्य (Task):</u> <ul style="list-style-type: none"> • ड्राइव्याग (Dry bag/Barrel) मर्मत गर्ने । <u>मानक (Standard):</u> <ul style="list-style-type: none"> • व्यारेल बोक्ने डोरी र ह्याण्डक्यारी कार्यावस्थामा भएको । 	<u>ड्राइ व्याग/व्यारेल</u> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • प्रयोग • ड्राइव्याग मर्मत गर्ने सामग्रीहरू • मर्मत गर्ने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

ड्राइव्याग, धागो, सियो, किला, डोरी, पित्ता, स्टेप्स

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- मर्मत गर्ने औजार होसियारी पूर्वक चलाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १२.९. D ring मर्मत गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ डुंगाबाट डिरिड जाँच गरी उफ्किएको भए टाँस्ने /मर्मत गर्ने । ४ डि रिडमा लाइफ लाइन फिट गर्ने । ५ डि रिड कार्यावस्थामा भएको यकिन गर्ने । ६ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ७ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> • कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> • डि रिड मर्मत गर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> • डि रिडमा लाइफलाइन फिट भएको • डि रिड कार्यावस्थामा भएको । 	डि रिड <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • प्रयोग • डि रिड मर्मत गर्ने सामग्रीहरू • मर्मत गर्ने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- कैंची, ब्लेड, डेन्ड्राइड, हार्नर, खाक्सी, मेटल

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- मर्मत गर्ने औजार होसियारी पूर्वक चलाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १२.१०. कस ट्युव (Cross Tube) मर्मत गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<ol style="list-style-type: none"> १ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ कस ट्युवमा हावाहाली लिक जाँच गर्ने । ४ पाइप भित्रको वासर तेलले सफा गर्ने । ५ भाँच्चिएको भए डण्डी जोड्ने वा नयाँल्याउने । ६ लिकेज भए प्वाल परेको स्थानमा खाक्सीले घोट्टेर सफा गर्ने । ७ हार्नर र डेन्ड्राइड मिसाएर प्वाल वरिपरि लगाइ सुक्खा पार्ने । ८ म्याटन टाँसेर थिची एक घण्टा सुक्न दिने । ९ ट्युवमा हावाहाली पुन जाँच गर्ने । १० लिकेज नभएको र कस ट्युव कार्यावस्थामा भएको यकिन गर्ने ११ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १२ कार्यको अभिलेख राख्ने । 	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> • कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> • कस ट्युव Cross tube मर्मत गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> • कस ट्युव कार्यावस्थामा भएको । • म्याट नटाँसेको भाग सफा देखिएको । • ट्युवमा हावा लिक नभएको । 	<p>कस ट्युव</p> <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • प्रयोग • कस ट्युव मर्मत गर्ने सामग्रीहरू • मर्मत गर्ने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

डण्डी, वासर, तेल, पाइप, टेप, कस ट्युव

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- मर्मत गर्ने औजार होसियारी पूर्वक चलाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १३.११. डुंगाको भल्भ मर्मत गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ पम्पले हावा भने । ४ हावा नभए वा हावा फर्किएमा स्प्रिङ र भल्भ जाँच गर्ने । ५ भल्भ विग्रेको टाल्ने वा नयाँ राख्ने । ६ हावा भरी भल्भ जाँच गर्ने । ७ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ८ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): १ डुंगाको भल्भ मर्मत गर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> ● हावा भर्दा हावा नफर्किएको । ● भल्भ कार्यावस्थामा भएको । 	डुंगाको भल्भ <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रयोग ● डुंगाको भल्भ मर्मत गर्ने सामग्रीहरू ● हावा हाल्ने विधि ● मर्मत गर्ने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

पम्प, म्याटल, डेन्डाइड, कैची, हार्नर, भल्भ

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- मर्मत गर्ने औजार होसियारी पूर्वक चलाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १२.१२. फ्लोर भल्भ (Floor Valve) को Overflow मर्मत गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१ आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३ फ्लोर भल्भ सफा गर्ने ।</p> <p>४ दुवै भल्भमा हावा हालेर जाँच गर्ने ।</p> <p>५ हावा लिक नभएको यकिन गर्ने ।</p> <p>६ हावा लिक भए/ओभर फ्लो भए फ्लोर भल्भ मर्मत गर्ने ।</p> <p>७ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p>८ कार्यको अभिलेख राख्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यस्थल ● औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● फ्लोर भल्भ Floor Valve को Overflow मर्मत गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● भल्भबाट हावा लिक नभएको । 	<p>फ्लोर भल्भ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● परिचय ● प्रयोग ● फ्लोर भल्भ मर्मत गर्ने सामग्रीहरू ● हावा हाल्ने विधि ● ओभरफ्लो मर्मत गर्ने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- फ्लोर भल्भ, पम्प,

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- मर्मत गर्ने औजार होसियारी पूर्वक चलाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा

प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा

कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १२.१३. ङुंगाको क्यारी ह्याण्डल मर्मत गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ ङुंगाबाट क्यारी ह्याण्डल छुट्टिएको भए म्याटल र छुट्टिएको भागमा खाक्सीले घोट्ने । ४ हार्नर र डेन्ड्राइड मिसाइ भोल बनाइ छुट्टिएको भागमा लगाउने । ५ उक्त भागलाई ओभाउन दिने । ६ ओभाइ सकेपछि म्याटल र छुट्टिएको भाग टाल्ने र थिच्ने । ७ एक घण्टा सुक्न दिने र टाँस्सिएको यकिन गर्ने । ८ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ९ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> • कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> • ङुंगाको क्यारी ह्याण्डल मर्मत गर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> • म्याटल र छुट्टिएको क्यारी ह्याण्डल राम्रोसँग टाँस्सिएको । • ङुंगाको क्यारी ह्याण्डल कार्यावस्थामा भएको । 	ङुंगाको क्यारी ह्याण्डल <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • प्रयोग • क्यारी ह्याण्डल मर्मत गर्ने सामग्रीहरू • हार्नर र डेन्ड्राइडको भोल बनाउने विधि • म्याटल टाल्ने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- म्याटल, हार्नर र डेन्ड्राइड

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- मर्मत गर्ने औजार होसियारी पूर्वक चलाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १२.१४. Life-line मर्मत गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ डि रिड जाँच गर्ने । ४ लाइफ लाइनको डोरी जाँच गर्ने । ५ लाइफ लाइनको डोरी खुकुलो भए कस्ने । ६ लाइफ लाइन कार्यावस्थामा भएको यकिन गर्ने । ७ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । ८ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> • कार्यस्थल • औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> • Life-line मर्मत गर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> • लाइफ लाइनको डोरी खुकुलो नभएको • लाइफ लाइनको डोरी कार्यावस्थामा भएको । 	Life-line मर्मत <ul style="list-style-type: none"> • परिचय • लाइफलाइन बाध्ने तरिका • लाइफलाइन मर्मत गर्ने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

डुंगा, लाइफ लाइन डोरी,

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- मर्मत गर्ने औजार होसियारी पूर्वक चलाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक : ०.५ घण्टा
प्रयोगात्मक: १.५ घण्टा
कुल समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य (Task) १२.१५. Gas/Stove मर्मत गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ ग्यास चुलो र बर्नर सर्फ पानीले सफा गर्ने । ४ ग्यास पाइप तथा निप्पल जम्मा भएको भए सफा गर्ने । ५ सिलिण्डरको वासर जाँचगरी लिक् नभएको यकिन गर्ने । ६ पाइप स्टोभमा लिक् नहुने गरी जोडी क्लिपले बलियो सँग कस्ने । ७ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । कार्यको अभिलेख राख्ने ।	<u>अवस्था (Situation):</u> <ul style="list-style-type: none"> कार्यस्थल औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू <u>निर्दिष्ट कार्य (Task):</u> <ul style="list-style-type: none"> Gas/stove मर्मत गर्ने । <u>मानक (Standard):</u> Gas/Stove कार्यावस्थामा भएको ।	<u>Gas/stove मर्मत</u> <ul style="list-style-type: none"> परिचय प्रकार प्रयोग सुरक्षा सावधानी मर्मत गर्ने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

ग्यास, चुलो, बर्नर, सर्फ, पानी, सिलिण्डर, वासर, पाइप, स्टोभ

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणहरू प्रयोग गर्ने ।
- मर्मत गर्ने औजार होसियारीपूर्वक चलाउने ।

मोड्यूल १३. पेशागत विकास तथा उद्यमशीलता विकास

समय : २४ (सै) + ३६ घण्टा (प्र) = ६० घण्टा

पाठ्यविवरण : यस मोड्यूलमा अन्तर्गत दुईवटा सब मोड्यूलहरुमा पेशागत विकास र उद्यमशीलता विकास समावेश गरिएको छ ।

उद्देश्य :

- पेशागत विकास गर्ने ।
- उद्यमशीलता विकास गर्ने ।

सब मोड्यूलहरु:

- पेशागत विकास गर्ने ।
- उद्यमशीलता विकास गर्ने ।

सव-मोड्यूल १३.१ : पेशागत विकास

समय : ७ घण्टा (सै) + १४ घण्टा (ब्या) = २१ घण्टा

पाठ्यविवरण:

यस मोड्युलमा पेशागत संचारसंग सम्बन्धित संवाद, साधारण हिसाब, पत्र/निवेदन लेख्ने ज्ञान र सीपहरु समावेश गरिएको छ। साथै यसमा पेशागत आचरण, उद्योगका नीति, नियम अनुशरणसंग सम्बन्धी ज्ञान र सीपहरु समेत समावेश गरिएको छ।

उद्देश्यहरू:

- १ नीति, नियम तथा निर्देशन अनुशरण गर्न।
- २ साधारण हिसाब गर्न।
- ३ पत्र/निवेदन लेख्न।
- ४ संवाद गर्न।

कार्यहरू

१. नीति/ नियम / निर्देशन अनुशरण गर्ने।
२. साधारण हिसाब गर्ने।
३. पत्र/ निवेदन लेख्ने।
४. संवाद गर्ने।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक: २ घण्टा
प्रयोगात्मक: घण्टा
जम्मा समय: २ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य नं. १३.१.१. नीति/ नियम / निर्देशन अनुशरण गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्री संकलन गर्ने ।</p> <p>३. कम्पनीका नीति, नियम अनुशरण गर्ने ।</p> <p>४. कम्पनीले जारी गरेका नीति, नियम तथा निर्देशन पालना गर्ने ।</p> <p>५. श्रम ऐन अध्ययन गर्ने ।</p> <p>६. ज्याफिटङ्ग/काइकिङ्ग अनुमति लिने ।</p> <p>७. वातावरण संरक्षण, संरक्षित क्षेत्र, राष्ट्रिय निकुञ्ज सम्बन्धी कानून र नियमहरूको अध्ययन गर्ने ।</p> <p>८. नेपालको पर्यटन ऐन, ज्याफिटङ्ग/काइकिङ्ग नियमावलीको अध्ययन गर्ने ।</p> <p>९. विमा अभिलेख तथा ज्याफिटङ्ग/काइकिङ्ग क्षेत्रको विमा नीति र नियमहरूको बारेमा अध्ययन गर्ने ।</p> <p>१०. नेपालको पर्यटन नीतिबारे अद्यावधिक रहने ।</p> <p>११. ज्याफिटङ्ग/काइकिङ्ग सम्बन्धी नीति, अनुमति सम्बन्धमा अद्यावधिक रहने ।</p> <p>१२. आफ्नो जिम्मेवारीको कार्य विवरणको अनुशरण गर्ने ।</p> <p>१३. फर्म/कम्पनीमा विभिन्न विभाग र तिनका कामबारे अद्यावधिक रहने ।</p> <p>१४. फर्म/कम्पनीले प्रकाशन गरेका निर्देशनहरू अनुसरण गर्ने ।</p> <p>१५. कार्यक्षेत्रमा तोकिएको युनिफर्म लगाउने ।</p> <p>१६. पेशासँग सम्बन्धित गोपनीयता कायम राख्ने ।</p> <p>१७. लैङ्गिक वर्गीय, क्षेत्रीय, जातिगत, समानताको व्यवहार प्रदर्शन गर्ने ।</p> <p>१८. कार्यको अभिलेखीकरण गर्ने ।</p>	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> कारखाना, प्रशिक्षण कोठा, उद्योग परिसर । <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> नीति/ नियम / निर्देशन अनुशरण गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> उद्योगले तोकेको नीति नियम पालना गर्दा तोकिएको जिम्मेवारी सफलता पूर्वक संपादन गरेको । 	<p>नीति, नियम निर्देशन</p> <ul style="list-style-type: none"> नियम, नीति तथा निर्देशनको फरक महत्व ऐन तथा ऐनको परिभाषा Display गरेका सुचनाको महत्व जिम्मेवारीको परिभाषा विभागका कार्यहरू गोपनीय विषय युनियन अवधारणा युनियनका फाइदा बेफाइदा युनियनको जिम्मेवारी अनुशासनको महत्व

आवश्यक, औजार/उपकरण सामग्री

- नीति, नियम, निर्देशनका किताबहरू

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- युनियनका कारण फर्म/कम्पनीलाई हानी नोक्सानी नपुऱ्याउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक: २ घण्टा
प्रयोगात्मक: ७ घण्टा
जम्मा समय: ९ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य १३.१.२. साधारण हिसाब गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ अंक गन्ने । ४ अंक लेख्ने । ५ दुनाई गर्ने (२X१=२) । ६ जोड गर्ने । ७ घटाउ गर्ने । ८ भागा गर्ने । ९ गुणा गर्ने । १० मिटर/फीट/इन्च से.मी. मापन गर्ने । ११ आफ्नो कार्य गर्ने परिमाण र पाउने शुल्कको हिसाब निकाल्ने । १२ बिल तयार गर्ने । १३ तौल पत्ता लगाउने । १४ प्रतिशत पत्ता लगाउने । १५ एकाइ मूल्य पत्ता लगाउने । १६ मुनाफा र घाटा पत्ता लगाउने । १७ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १८ कार्यको अभिलेख राख्ने ।	<p>अवस्था (Situation):</p> <ul style="list-style-type: none"> कारखाना, प्रशिक्षण कोठा <p>निर्दिष्ट कार्य (Task):</p> <ul style="list-style-type: none"> साधारण हिसाब गर्ने । <p>मानक (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> साधारण हिसाब गर्न सकेको । बिल तयार गरेको । तौल पत्ता लगाएको । मुनाफा र घाटा पत्ता लगाएको । 	<p>साधारण हिसाब</p> <ul style="list-style-type: none"> अंकको पहिचान संकेतहरू स्केलको ज्ञान मिटर/फीट/इन्च से.मी. क्षेत्रफल (Area) आयतन (Volume) नापनका एकाईहरू लम्बाई (Lengths) क्षेत्रफल (Areas) आयतन (Volumes) तौल (Weights) जग्गा नाप सामान्य सूत्रहरू

औजार/उपकरण सामग्रीहरू

- कपी, कलम, स्केल, हिसाबको किताब

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- मोवाइल, ल्यापटप, क्याल्कुलेटर होसियारीपूर्वक चलाउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक: २ घण्टा
प्रयोगात्मक: २ घण्टा
जम्मा समय: ४ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य १३.१.३. पत्र /निवेदन लेख्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ आवश्यक जानकारी लिने । २ आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरू संकलन गर्ने । ३ पत्र/निवेदनको ढाँचा बनाउने । ४ प्राप्तक (व्यक्ति/संस्था) यकिन गर्ने । ५ तोकिएको ढाँचामा व्यक्तिगत, सामाजिक, व्यावसायिक र निवेदन पत्र लेख्ने । ६ संबोधन, मिति र ठेगाना लेख्ने । ७ निवेदनको विवरण/विषयवस्तु लेखी दस्तखत गर्ने । ८ निवेदन/पत्र सम्बन्धित व्यक्ति/फाँटमा बुझाउने/दर्ता गर्ने । ९ प्रयोग भएका औजार उपकरणहरू सफा गरी भण्डारण गर्ने । १० कार्यको अभिलेख राख्ने ।	<p><u>अवस्था (Situation):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> प्रशिक्षण कोठा <p><u>निर्दिष्ट कार्य (Task):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> पत्र/निवेदन लेख्ने । <p><u>मानक (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> बोधगम्य, शुद्ध र सरल भाषामा निवेदन/पत्र लेखेको । 	<p><u>पत्र/निवेदन</u></p> <ul style="list-style-type: none"> परिभाषा प्रकार लेखन विधि

औजार, उपकरण र सामग्री

- कपी, कलम, बोर्ड

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- लेखनमा मर्यादित र शुद्ध भाषाको प्रयोग गर्ने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

सैद्धान्तिक: १ घण्टा
प्रयोगात्मक: ५ घण्टा
जम्मा समय: ६ घण्टा

निर्दिष्ट कार्य १३.१.४. संवाद गर्ने ।

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१. आवश्यक जानकारी लिने । २. आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्री संकलन गर्ने । ३. संवादका माध्यमहरू छनोट गर्ने । ४. संवादको भाषिक तथा सांकेतिक माध्यम प्रयोग गर्ने । ५. शुद्धसँग बोल्ने र लेख्ने । ६. च्याफिटङ्ग सम्बन्धी पद/पदावली प्रयोग गर्ने । ७. यात्रुहरूसँग निम्नानुसारका भाषिक सीप प्रयोग गर्ने: <ul style="list-style-type: none"> ● अभिवादन गर्ने (Greeting) ● परिचय गर्ने (Introducing) ● स्वागत गर्ने (Welcoming) ● धन्यवाद, कृतज्ञता ज्ञापन गर्ने (Thanking, expressing gratitude) ● प्रश्न सोध्ने (Asking) ● अनुरोध, निर्देशन गर्ने (Requesting commanding) ● टर्क्याउने (Offering) ● सल्लाह दिने (Advicing) ● निषेध गर्ने (Prohibitting) ८. यात्रु अभिलेख फारामहरूको अध्ययन गरी आवश्यक विवरण भर्ने । ९. सूचना/संकेतहरू पढ्ने र सुसूचित रहने । १०. आफूले सिकेका सीपहरूको विवरण राख्ने ।	अवस्था (Situation): <ul style="list-style-type: none"> ● उद्योग, प्रशिक्षण कोठा निर्दिष्ट कार्य (Task): <ul style="list-style-type: none"> ● संवाद गर्ने । मानक (Standard): <ul style="list-style-type: none"> ● नेपाली/अंग्रेजी/स्थानीय भाषामा च्याफिटङ्ग सम्बन्धी पद/पदावली प्रयोग गरेको । ● यात्रुलाई सजिलो हुने भाषामा संवाद गरेको । 	संवाद <ul style="list-style-type: none"> ● अभिवादन गर्ने विधि ● संवादको माध्यम ● नेपाली/अंग्रेजी पद/पदावलीको प्रयोग ● लेखन सीप ● संवाद सीप

औजार, उपकरण र सामग्री

- कपी, कलम, बोर्ड

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- संवादमा मर्यादित संकेत/हाउभाउ/शब्दको प्रयोग गर्ने ।

**सव मोड्युल १३.२ : उद्यमशीलता विकास
(Entrepreneurship Development)**

समय : १८ घण्टा (सै) + २२ घण्टा (ब्या) = ४० घण्टा

पाठ्य विवरण : यसमा व्यावसायिक योजना तर्जुमाको अवधारणा विकास गर्न आवश्यक पर्ने ज्ञान र सीपहरु समावेश गरिएको छ । यसमा विशेष गरी उद्यमको परिचय, उपयुक्त व्यवसायिक विचारको खोजी, व्यावसायिक विचारको विकास र व्यावसायिक योजना तयारी जस्ता विषय वस्तुहरु समावेश गरिएको छ ।
उद्देश्य: १. व्यवसाय तथा उद्यमको अवधारणा बोध गर्न । २. उद्यमशीलता सम्बन्धी मनोवृत्ति विकास गर्न । ३. सम्भावित व्यावसायिक विचार श्रृजना गर्न । ४. साना व्यावसायिक योजनाको तर्जुमा गर्न । ५. व्यवसायको आधारभूत अभिलेख राख्न ।
कार्यहरू १. व्यवसाय/उद्यमको अवधारणा बोध गर्ने । २. उद्यमशीलता सम्बन्धी मनोवृत्ति विकास गर्ने । ३. सम्भावित व्यवसायको पहिचान गर्ने । ४. साना व्यवसायिक योजनाको तर्जुमा गर्ने । ५. व्यवसायको आधारभूत अभिलेख राख्ने ।

क्र.सं.	कार्यहरू	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान	समय (घण्टामा)		
			सै.	ब्या.	जम्मा
१	व्यवसाय/उद्यमको अवधारणा बोध गर्ने ।	<ul style="list-style-type: none"> ● उद्योग व्यवसायको परिचय ● व्यवसायको वर्गीकरण ● नेपालमा संचालित उद्योग व्यवसायहरु (संक्षिप्त मात्र) ● व्यवसाय र जागीर बीचको अन्तर 	४		४
२	उद्यमशीलता सम्बन्धी मनोवृत्ति विकास गर्ने ।	<ul style="list-style-type: none"> ● सफलताको जीवनचक्र ● व्यवसायमा जोखिम र त्यसको न्यूनिकरणका उपाय 	३		३
३	सम्भावित व्यवसायको पहिचान गर्ने ।	<ul style="list-style-type: none"> ● सम्भावित व्यवसायको पहिचान ● व्यावसायिक विचारको मूल्याङ्कन (SWOT) / छनौट 	१	२	३
४	साना व्यावसायिक योजनाको तर्जुमा गर्ने । (प्रत्येक प्रशिक्षार्थीले १/१ वटा व्यावसायिक योजना तयार गरी प्रस्तुत गर्ने)	<ul style="list-style-type: none"> ● बजार तथा बजारीकरणको अवधारणा व्यावसायिक योजना : बजार ● उत्पादन गर्ने वस्तुको विवरण ● व्यवसाय गर्ने स्थान वा वितरणका माध्यम ● उत्पादन तथा बिक्री लक्ष्य ● बजार हिस्साको अनुमान ● बिक्री तरिका र प्रवर्द्धनका उपायहरू 	९	१८	२७

		<u>व्यावसायिक योजना : उत्पादन</u>			
		● उत्पादन प्रक्रिया/विधि			
		● आवश्यक स्थिर सम्पत्ति			
		● स्थिर सम्पत्तिमा ह्रासकट्टी			
		<u>व्यावसायिक योजना : व्यवसाय संचालन</u>			
		● व्यवसायको स्वरूप			
		● आवश्यक जनशक्ति र लागत			
		● आवश्यक कच्चा सामान र लागत			
		● अन्य खर्च (शीर्षभार)			
		<u>व्यावसायिक योजना : वित्तीय व्यवस्थापन</u>			
		● चालू पूँजी र जम्मा पूँजी			
		● वस्तुको उत्पादन लागत र बिक्रीमोल निर्धारण			
		● नाफा नोक्सान निकाल्ने तरिका			
		● लगानीमा प्रतिफल र पारविन्दु विश्लेषण			
		● आवश्यक व्यावसायिक सूचना र संकलन प्रक्रिया			
५	व्यवसायको आधारभूत अभिलेख राख्ने ।	● डे बुक	१	२	३
		● बिक्री खाता			
		● खरिद तथा खर्च खाता			
		● साहु र असामी खाता			
			१८	२२	४०

पाठ्य पुस्तक

- प्रशिक्षकहरूका लागि निर्मित निर्देशिका तथा प्रशिक्षण सामग्री, प्राविधिक शिक्षा तथा व्यावसायिक तालिम परिषद्, २०६९

Reference book:

- Entrepreneur's Handbook, Technonet Asia, 1981

**औजार उपकरण तथा सामग्रीहरु
(Tools, Equipment and Materials)**

Rafting and Swimming Guide

कार्यशालामा चाहिने आवश्यक औजार तथा उपकरणहरु (२० जना प्रशिक्षार्थीहरुको लागि)

सि.नं	विवरण	परिमाण
१.	36,460 sq ft pond and 4ft dept for swimming	1
२.	28 * 15 sq ft Hall for student	1
३.	Life jacket	20 set
४.	Helmet	20 set
५.	Paddle Top	20 set
६.	Paddle	20 set
७.	Boat 16ft	4 set
८.	Oar Paddle	8 set
९.	Kayak	5 set
१०.	Throw bag	4 set
११.	Air Pump	2 set
१२.	Oar Frame	4 set
१३.	River kit	2 set
१४.	Mattress	20 set
१५.	Tent	7 set
१६.	Sleeping Bag`	20 set
१७.	First Aid	2 set
१८.	Dry Bag	5 set
१९.		

संलग्न विज्ञहरु

- १ श्री गंगाप्रसाद नेपाल सभापति, ,Nepal Association of Rafting Agencies (NARA)
- २ श्री शिशिर खनाल, महासचिव, Nepal Association of Rafting Agencies (NARA)
- ३ श्री विष्णु गुरुङ्ग, प्रशिक्षक, Nepal Association of Rafting Agencies (NARA)
- ४ श्री सुमन घिमिरे तालीम संयोजक, नेपाल पर्यटन बोर्ड ।
- ५ श्री विदुर भूर्तेल, पर्यटन प्रशिक्षक, RIDGE Collage, Kathmandu.
- ६ श्री विरेन्द्र खनाल स. प्र ना उ. स. प्र बल नं १ बाहिनी सुनसरी ।
- ७ श्री सन्तोष बस्नेत स. प्र ना नि स. प्र बल नं १ बाहिनी सुनसरी ।
- ८ श्री प्रद्युम्न थापा, स.प्र नि, स. प्र बल नं ७ गण सिराहा ।
- ९ श्री सूर्यप्रसाद धमला, स.प्र नि, स. प्र बल नेपाल नं ७ गण सिराहा ।
- १० श्री मणि प्रसाद गुरुङ्ग, क्यानोनिङ एडभेन्चर काठमाडौं ।
- ११ श्री मोहन सिं लिम्बु, ग्रीन होराइजन मल्टिप्रपोज प्रा लि उदयपुर ।
- १२ श्री गोविन्द प्रसाद अधिकारी, PaddleNepal Lakeside Pokhara.
- १३ श्री प्रकाश गुरुङ्ग, SWISSA Rafting and Trekking Expedition P Ltd. Thamel Kathmandu.
- १४ श्री जीवन सिलवाल, होलिडे एडभेन्चर काठमाडौं ।
- १५ श्री चेतप्रसाद सापकोटा भू.पू स.प्र ब.ह, स.प्र बल नेपाल ।
- १६ श्री भूपेन्द्र चाम्लिङ, धरान स्काई एडभेन्चर प्रा लि. धरान ।
- १७ श्री सुरेश कुमार बस्नेत सचिव, कोशी एडभेन्चर इटहरी, अध्यक्ष, ग्रीन होराइजन मल्टिप्रपोज प्रा. लि. उदयपुर ।
- १८ श्री लाल कुमार राई, कोशी एडभेन्चर इटहरी ।