हाउस वायरीङ्ग सहायकका लागि पाठ्यक्रम निर्देशिका

Program Guide for Assistant House Wiring

अन्तराष्ट्रिय श्रम संगठन/समयबद्ध कार्यक्रम

तथा

विश्व शिक्षा/उज्यालो भविष्य परियोजनाका

लागि तयार गरिएको कार्यकालीन तालीम सम्बन्धी पाठ्यक्रम

वि.सं. २०६१

अन्तर्राष्ट्रिय श्रम संगठन
बालश्रम उन्मुलनका लागि अन्तर्राष्ट्रिय कार्यक्रम

प्राविधिक शिक्षा तथा व्यावसायिक तालीम परिषद्

विश्व शिक्षा

कार्यकालीन तालीमको प्रस्तुत पाठ्यक्रम अन्तर्राष्ट्रिय श्रम संगठनको समयबद्ध कार्यक्रम तथा विश्व शिक्षाको उज्यालो भविष्य परियोजनाका लागि प्राविधिक शिक्षा तथा व्यावसायिक तालीम परिषद् अन्तर्गतको पाठ्यक्रम विकास महाशाखाद्वारा तयार गरिएको हो । पाठ्यक्रम निर्माणको पहिलो चरण अर्थात् DACUM Workshop मा नेपाल ट्रेड यूनियन महासंघ, नेपाल ट्रेड यूनियन कांग्रेस, नेपाल प्रजातान्त्रिक ट्रेड यूनियन महासंघ तथा WEAN सँग सम्बन्धित विषय विज्ञहरुको सक्रिय सहभागिता रहेको व्यहोरा सम्बन्धित सबैलाई सधन्यवाद जानकारी गराइन्छ ।

पाठ्यक्रम तयार गर्नेः *पाठ्यक्रम विकास महाशाखा, प्रा.शि.तथा व्या.ता.परिषद् सानोठिमी, भक्तपुर ।*

अनुवादकः *प्रदीप अधिकारी, मिष्टरकान्त मैनाली र कविता काफ्ले ।*

हाउस वायरिङ सहायकका लागि पाठचक्रम निर्देशिका

परिचय :

अन्तर्राष्ट्रिय श्रम संगठनको बालश्रम उन्मूलनका लागि अन्तर्राष्ट्रिय कार्यक्रम अर्थात आइपेक (IPEC) र विश्व शिक्षा (World Education)ले नेपालमा हुने निकृष्ट प्रकारका बालश्रम उन्मूलनलाई प्राथमिकता दिंदै क्रमश: बालश्रम हटाउन विभिन्न उपायलाई प्रवर्द्धन गरेका छन् । आइपेक र विश्व शिक्षाका पहलहरू सरकार, ट्रेड युनियन, रोजगारदाता संघ र गैरसरकारी संघसंस्थाको साझेदारीमा कार्यान्वयन गरिन्छन् । आइपेक (IPEC)ले प्रवर्द्धन गरेको विभिन्न नयाँ कार्यक्रमहरूमध्ये एक हो समयबद्ध कार्यक्रम (Time Bound Programme) । अन्तर्राष्ट्रिय श्रम संगठन महासन्धि नं. १८२ मा परिभाषित विशेष प्रकारका निकृष्ट बालश्रमलाई तोकिएको समयावधि भित्र रोकथाम गर्नु समयबद्ध कार्यक्रम र विश्व शिक्षाको उज्यालो भविष्य कार्यक्रम (Brighter Fututre Programme) को लक्ष्य हो ।

समयबद्ध कार्यक्रम र उज्यालो भविष्य कार्यक्रमको उद्देश्य श्री ५को सरकारद्वारा बालश्रम उन्मुलनका लागि बनाइएको गुरू योजनामा सहयोगीको रूपमा काम गर्नु रहेको छ । यसै सिलसिलामा यस कार्यक्रमले नेपालमा पहिचान भएका सात निकृष्ट प्रकारका बालश्रमहरूको पहिचान गरेको छ । त्यस्ता बालश्रमिकहरूमा : १. घरेलु बालश्रमिकहरू, २. बालभरियाहरू, ३. बाल बँधुवा मजदूरहरू, ४. अवैध बेचविखनमा परेका बालबालिकाहरू, ५. सडक बालबालिकाहरू (खाते), ६. गलैंचा कारखानामा काम गर्ने बालबालिकाहरू तथा ७. खानीमा कामगर्ने बालबालिकाहरू पर्दछन् । समयबद्ध कार्यक्रम र उज्यालो भविष्य कार्यक्रमले यस्ता बालश्रम उन्मूलनका लागि विभिन्न कदमहरू चालिरहेका छन् ।

नेपालमा अपनाइएका समयबद्ध कार्यक्रम र उज्यालो भविष्य कार्यक्रमका शैक्षिक पहलहरू बालश्रम रोकथाम गर्न र बालश्रमिकहरूलाई पुर्नस्थापित गर्न अति नै प्रभावकारी देखिएका छन् । यी दुवै कार्यक्रमले निकृष्ट प्रकारका बालश्रमबाट संयुक्त रूपमा उद्धार गरिएका सबै बालबालिका तथा युवाका लागि निशुल्क शिक्षा, उपयुक्त व्यावसायिक तालीम (Vocational Training) एवं कार्यकालीन तालीम (Apprenticeship Training) का अवसरहरूको प्रवर्द्धन गर्दछन् । यस सन्दर्भमा अन्तर्राष्ट्रिय श्रम संगठनको आइपेक (IPEC) र विश्व शिक्षाको उज्यालो भविष्य कार्यक्रमले निकृष्ट प्रकारका बालश्रममा संलग्न ठूला उमेरका बालबालिका लागि विभिन्न व्यावसायिक क्षेत्रहरुमा कार्यकालीन तालीम (Apprenticeship Training) कार्यक्रमको रूपरेखा तयार गरेका छन् ।

कार्यक्रमको आवश्यकता :

नेपालमा संचालन भइरहेका विभिन्न प्राविधिक तालीमहरूका मिश्रित परिणामहरू देखिएका छन् । द्रुतगतिमा धेरै ठूलो संख्यामा प्राविधिक तथा व्यावसायिक प्रशिक्षण दिने संस्थाहरू खुलेका छन् । यसको अनुपातमा भर्ना हुने युवा युवतीहरुको संख्यामा पनि वृद्धि भइरहेको छ । तर त्यसमा केही समस्याहरु देखा परेका छन् । मूख्यत: प्रशिक्षण कार्यक्रमहरु धेरै संरचनागत छन् । प्रशिक्षणको शैली चाहिं संस्थागत आधारमा बनाइएको छ । त्यस्तै विद्यार्थी भर्नालाई व्यवस्थित बनाउनका लागि न्यूनतम मापदण्ड तोकिएको हुन्छ । नेपालमा पहिचान गरिएका निकृष्ट प्रकारका बालश्रमिकहरूको न्यून साक्षरता दरको पृष्ठभूमीलाई विचार गर्ने हो भने व्यावसायिक प्रशिक्षण दिने त्यस्ता संस्थाहरुले आफ्नो तालीममा प्रवेश

लागि तोकेका न्यूनतम मापदण्ड अति नै उच्च भएको पाइन्छ । यसको साथै यस्ता धेरै व्यावसायिक तालीम प्रतिष्ठानहरू महँगा पनि छन् । यिनै कारणहरुले समेत गर्दा निकृष्ट प्रकारका बालश्रममा लागेका बालबालिकाहरु प्राविधिक शिक्षा तथा व्यावसायिक तालीमको पहुँचबाट टाढा भएका छन् । तसर्थ अन्तर्राष्ट्रिय श्रम संगठनको आइपेक (IPEC) र विश्व शिक्षाको उज्यालो भविष्य कार्यक्रमले निकृष्ट प्रकारका बालश्रममा संलग्न १४ वर्षमाथिका बालबालिका लागि कार्यकालीन तालीम (Apprenticeship Training) मोडेललाई व्यावसायिक तालीम (Vocational Training) को विकल्पको रूपमा हेर्न पहल गरेका छन् ।

आइपेक (IPEC) र विश्व शिक्षाका अनुसार कार्यकालीन तालीम (Apprenticeship Training) भनेको सम्बन्धित व्यक्तिको सुपरीवेक्षणमा सञ्चालन गरिने यस्तो स्थलगत तालीम हो जसले प्रशिक्षार्थीहरूलाई सैद्धान्तिक ज्ञान, व्यावहारिक सीप र कामजन्य वातावरणको अनुभव प्रदान गर्दछ । यो सिकाइ यस्तो तरिका हो जसले कम्तीमा १४ वर्ष पुगेका बालश्रमिकहरूलाई संभाव्य रोजगारदाता मार्फत् पेशागत योग्यता प्रदान गरी जीविकाका लागि वास्तविक रुपमा तयार गर्दछ । यस तालीमले प्रशिक्षार्थीहरूलाई संभाव्य रोजगारदाताहरूसँग पनि परिचय गराउन सक्छ । कार्यकालीन तालीमले युवायुवतीमा आत्मविश्वास जगाउन सक्छ र आफ्ना समुदाय तथा मुलुकका लागि निर्वाह गर्नुपर्ने सकारात्मक भूमिकाबारे स्मरण गराउन सक्छ ।

समष्टिगत उद्देश्य :

यस कार्यक्रमको समष्टिगत उद्देश्य निकृष्ट प्रकारका बालश्रममा रहेका बालबालिकाहरुको उद्धार गरी उनीहरुलाई सीप तथा ज्ञान सहित रोजगारीका उचित अवसरहरु प्रदान गर्नु हो । यसका साथै उनीहरुलाई राष्ट्रिय विकासका विभिन्न क्षेत्रहरु जस्तै : आर्थिक, शैक्षिक, श्रम बजारका नीति आदिमा पनि संलग्न गराउनु हो ।

अन्तिम उद्देश्यहरु

यस पाठचक्रम अनुसारको प्रशिक्षण पछि कार्यकालीन तालीम प्रशिक्षार्थीहरु निम्न कामहरु सम्पन्न गर्न सक्षम हुनेछन् :

- हाउस वायरीङ सम्बन्धी विभिन्न प्रकारका बिजुलीको खाका तयार गर्न सक्नेछन् ।
- बिजुलीको बक्स र स्विच राख्न सक्नेछन् ।
- बिजुलीसँग सम्बन्धित उपयोगी बस्तुहरु जाँच्न र फिट गर्न सक्नेछन् ।
- अर्थिङ (Earthing) राख्न सक्नेछन् ।
- बिजुलीसँग सम्बन्धित काममा सिनीयर मिस्त्री (बिजुलीको) हरुलाई सहायता गर्न सक्नेछन् ।

पाठचक्रम विवरण:

यो पाठ्यक्रम कार्यकालीन तालीम प्रशिक्षार्थीहरुलाई हाउस वायरीङ गर्ने सम्बन्धी काममा आधारभूत ज्ञान तथा सीप प्रदान गर्ने उद्देश्यले तयार पारिएको हो । यसबाट कार्यकालीन तालीम प्रशिक्षार्थीहरुले असंगठित तरिकाबाट घरहरुको वायरीङमा आफ्नो क्षमता अभिवृद्धि गर्न सक्नेछन् । यो पाठ्यक्रम खास

गरीकन घरहरुको वायरीङ गर्ने काम सम्बन्धी सीप प्रदान गर्ने उद्देश्यमा केन्द्रित रहेको छ । साथसाथै यस पाठ्यक्रमले घरेलु प्रयोजनका लागि आवश्यक विभिन्न किसिमका बिजुलीका सामानहरुको मरम्मत तथा चालु हालतमा राख्ने कुराहरुमा सीप प्रदान गर्दछ ।

लक्षित समूह :

यस पाठचक्रमका लक्षित समुह अन्तर्गत निकृष्ट प्रकारका बालश्रममा रहेका १४ बर्ष भन्दा माथिका उमेर समूहका बालश्रमिकहरु पर्दछन् । नेपालमा निम्न निकृष्ट प्रकारका बालश्रममा रहेका बालबालिकाहरूलाई बालश्रमिक मानिएको छ :

क) घरेलु बालश्रमिकहरू

ख) बालभरियाहरू

ग) बाल बँधुवा मजदूरहरू

घ) अवैध बेचविखनमा परको बालबालिकाहरू

ङ) सडक बालबालिकाहरू (खाते)

च) गलैंचा कारखानामा काम गर्ने बालबालिकाहरू

छ) खानीमा कामगर्ने बालबालिकाहरू

प्रशिक्षार्थी संख्या :

तालीम दिने संस्था/उद्योग/कारखाना/कार्यशालामा उपलब्ध सुविधाहरूको आधारमा कार्यकालीन तालीम प्रशिक्षार्थीहरूको संख्या थपघट हुन सक्छ । तर प्रभावकारी सिकाइका लागि पाँचजना भन्दा बढि संख्या अनुपयुक्त हुन्छ ।

तालीम प्रवेशको लागि न्यूनतम मापदण्ड :

क) निकृष्ट प्रकारका बालश्रमसँग सम्बन्धित हुनुपर्दछ ।

ख) चौध देखि माथि अठार वर्ष तलको उमेरको हुनुपर्दछ ।

ग) कार्यकालीन तालीमका लागि इच्छुक तथा प्रतिबद्ध हुनुपर्दछ ।

घ) हालका मालिक/अभिभावकले अनुमति प्रदान गरेको हुनुपर्दछ ।

ङ) साक्षर हुनुपर्दछ ।

समयावधि :

कार्यक्रमको कूल समयावधि तीन देखि पाँच महिना (हप्तामा ५ वा ६ दिन र दिनको २ वा ३ घण्टाको दरमा) अथवा तालीम दिने संस्था/उद्योग/कारखाना/कार्यशाला/व्यक्ति तथा टिविपी (TBP) कार्यक्रम

चलाउने संस्थाका बीचमा भएको सम्झौता अनुसार हुनेछ । कूल समय मध्ये सैद्धान्तिक तथा प्रयोगात्मक समयको अनुपात भने २०:८० नै सुनिश्चित गरिनुपर्दछ ।

प्रशिक्षणको माध्यम :

प्रशिक्षणको माध्यम मूलतः नेपाली हुनेछ । प्रशिक्षणमा प्रयोग हुने औजार तथा मेशिनहरुको नामहरु भने चलन चल्तीमा रहेका जुनसुकै भाषामा हुन सक्नेछ ।

न्यूनतम उपस्थितिको आवश्यकता :

तालीम अवधिको कम्तीमा ९० प्रतिशत उपस्थिति जनाएका प्रशिक्षार्थीहरुले मात्र तालीममा सहभागी भएको प्रमाण पत्र प्राप्त गर्न सक्नेछन् ।

प्रमाणपत्र सम्बन्धी व्यवस्था :

राष्ट्रिय सीप परीक्षण समिति (प्राविधिक शिक्षा तथा व्यावसायिक तालीम परिषद् अन्तर्गतको सीप परीक्षण महाशाखा) ले आफ्नो नियमानुसार सीप परीक्षण गरी सम्बन्धित कार्यकालीन तालीम प्रशिक्षार्थीलाई प्रमाण-पत्र प्रदान गर्ने छ ।

कार्यकालीन तालीम दिनेको योग्यता :

कार्यकालीन तालीम प्रदान गर्ने संस्था / उद्योग / कारखाना / कार्यशाला / व्यक्ति मा देहाय अनुसारको योग्यता हुनुपर्नेछ :

क) निकृष्ट प्रकारका बालश्रममा रहेका बालबालिकाहरूलाई उत्साह तथा प्रेरणा जगाई प्रशिक्षण दिन सक्ने,

ख) प्रशिक्षण सम्बन्धी तालीम तथा योग्यता भएको,

ग) तालीम संचालनका लागि उपयुक्त स्थान, उपकरणहरू, औजारहरू भएको,

घ) काम गर्ने सुरक्षित वातावरण भएको, तथा

ङ) रोजगारीको अवसरहरूको संम्भावना भएको ।

प्रशिक्षार्थीको मूल्याङ्कन प्रक्रियाः

कार्यकालीन तालीम दिने संस्था/उद्योग/कारखाना/कार्यशाला/व्यक्ति ले लगातारको मूल्याङ्कन तथा अनुगमनको आधारमा कार्यकालीन तालीम प्रशिक्षार्थीको मूल्याङ्कन गरिनेछ ।

उपकरण, औजार तथा सामाग्रीहरू :

यस तालीम संचालनका लागि देहायका उपकरण, औजार तथा सामाग्रीहरू आवश्यक पर्दछन् । कार्यकालीन तालीम प्रशिक्षार्थीहरूको संख्या, उपकरण तथा औजारको प्रयोग हुने समयको (कति पटक) आधारमा उपकरण तथा औजारहरुको आवश्यक संख्या फरक हुन सक्नेछ ।

क्र.सं.	औजार/उपकरणहरुको नामावली	एकाइ
१.	टेस्टर (Tester)	
२.	पेन्चिस (Pliers)	
३.	पेचकस (Screwdriver)	
४.	हथौडा (Hammer)	
५.	रामो (Chisel)	
६.	धातु काट्ने आरा (Hacksaw)	
७.	नाप्ने फित्ता	
८.	प्वाल पार्ने मेशिन (Drill machine)	
९.	(मल्टीमिटर) Multimeter	
१०.	पन्च (Punch)	
११.	(ग्रिप) Grip	
१२.	(एड्ज) Adze	

प्रशिक्षणका लागि सुझावहरु

- उद्देश्यहरुको छनौट गर्ने ।
  - संज्ञानात्मक क्षेत्रका उद्देश्यहरु छनौट गरी लेख्ने ।
  - मनोकृयात्मक क्षेत्रका उद्देश्यहरु छनौट गरी लेख्ने ।
  - प्रभावी क्षेत्रका उद्देश्यहरु छनौट गरी लेख्ने ।
- विषयबस्तुको छनौट गर्ने
  - विषयबस्तुको विस्तृत अध्ययन गर्ने ।
  - संज्ञानात्मक क्षेत्रका विषयबस्तुहरुको छनौट गर्ने ।
  - मनोकृयात्मक क्षेत्रका विषयबस्तुहरुको छनौट गर्ने ।
  - प्रभावी क्षेत्रका विषयबस्तुहरुको छनौट गर्ने ।
- शैक्षणिक विधिहरुको छनौट गर्ने
  - विविध शैक्षणिक विधिहरु :
    - शिक्षक सक्रिय विधिहरु,
    - विद्यार्थी सक्रिय विधिहरु,
    - अन्तरक्रिया विधिहरु,
    - नाटकीय विधिहरु र
    - सामग्री केन्द्रित विधिहरु ।
  - निम्न आधारमा छनौट गर्ने :
    - पाठका (संज्ञानात्मक, मनोकृयात्मक र प्रभावी) क्षेत्रको उद्देश्यहरुका आधारमा ,
    - विषयबस्तुको स्वरुपको आधारमा ,
    - शिकारुको स्तर (संज्ञानात्मक, मनोकृयात्मक र प्रभावी) का उद्देश्यहरुका आधारमा ,
    - प्राप्य शैक्षणिक सामग्रीहरुको आधारमा र
    - शिक्षकको अनुभव तथा पृष्ठभूमिको आधारमा ।
- विविध शैक्षणिक सामग्रीहरुको छनौट गरी उपयुक्त स्थान र समयमा प्रयोग गर्ने ।
- मूल्याङ्कन गर्ने
  - विविध मूल्याङ्कनका साधनहरु निर्माण गर्ने
  - मूल्याङ्कनका साधनहरु प्रयोग गरी संज्ञानात्मक, मनोकृयात्मक र प्रभावी क्षेत्रका उद्देश्यहरु प्राप्तिका मूल्याङ्कन गर्ने
- कक्षा कोठा र फिल्ड कार्यको व्यवस्थापन र संगठनको योजना तयार गर्ने ।
- उद्देश्य, विषयबस्तु र शिक्षण विधिका वीच तालमेल गराउने ।
- पाठयोजनाहरु (सैद्धान्तिक र प्रयोगात्मक पाठयोजनाहरु) तयार गर्ने ।
- कार्यक्रम संचालन गर्ने ।
- कार्यक्रमको मूल्याङ्कन गर्ने ।

प्रशिक्षार्थीका कार्य सम्पादन मूल्यात्तनको लागि विशेष सुझाव :

- कार्य विश्लेषण गर्ने ।
- कार्य विश्लेषणको आधारमा विस्तृत कार्य सम्पादन जाँच्ने सूची तयार गर्ने ।
- 'जाँच्ने सूची' प्रयोग गरी परिक्षार्थीहरुको लगातार कार्य सम्पादन मूल्याङ्कन गर्ने ।

सीप तालीमका लागि सुझाव :

- प्रशिक्षकले कार्य सम्पादन प्रदर्शन गर्ने :
  - सामान्य गतिमा प्रदर्शन गर्ने ।
  - मन्द गतिमा हरेक क्रियाकलाप र कामहरुको बयान गर्दै प्रदर्शन गर्ने ।

- द्रुत गतिमा प्रदर्शन गर्ने ।

- प्रशिक्षार्थीलाई अभ्यासको मौका दिने :
  - सिकारुलाई पहिले हरेक कदमहरुमा सहयोग गर्दै अभ्यास गर्न सिकाउने⁄ लगाउने ।
  - सिकारुलाई स्वतन्त्ररुपमा गर्न सक्ने बनाउन आवश्यक संख्यामा अभ्यासहरु गर्ने मौका दिने ।
  - सिकारु सम्बन्धित सीपमा कुशल भएपछि मात्र अर्को सीप (कार्य) सिकाउने ।
- अन्य सुझावहरु :
  - सीपमूलक तालीममा सिद्धान्तहरु प्रयोग गर्ने ८०% समय कार्य सम्पादन र २०% समय सैद्धान्तिक प्रशिक्षणमा खर्च गर्ने ।
  - वयस्क सिकाईका सिद्धान्तहरु प्रयोग गर्ने ।
  - सिकारुहरुमा आन्तरिक उत्प्रेरणा जागरण गराउँदै अधिकतम सिकाई क्रियाकलापमा संलग्न गराउने ।
  - सिकारुका ज्ञान, सीप र प्रवृत्तिको आधारमा प्रशिक्षण गर्ने ।

मुख्य कार्य तथा सीपहरुको संक्षिप्त सूची

क्रम संख्या	कामहरु/सीपहरु	समय (घण्टामा)		
		सै.	प्रयो.	जम्मा
क.	पाइपको निश्चित खाका कोर्न सहायता गर्ने			
	क.१. खाका कोर्न सहायता गर्ने	१	३	४
	क.२. छतको गोलाकार बक्स फिट गर्ने	१	३	४
	क.३. आवश्यकता अनुसार पाइपलाई टुक्रा पार्ने	१	३	४
	क.४. टेलिफोन/लठ्ठा/केबल का लागि पाइप राख्ने	१	३	४
	क.५. मुख्य लाइन का लागि पाइप राख्ने	१	३	४
	क.६. गेट लाइन लागि जी.आई. पाइप राख्ने	१	३	४
ख.	वायरीङका लागि सतह तयार गर्ने			
	ख.१. भित्ता फुटाउने	१	६	७
	ख.२. पाइप फिक्स गर्ने	१	३	४
	ख.३. जङ्क्शन व्याण्ड जोड्ने	१	२	३
	ख.४. टेलिफोन/लठ्ठा/केबल का लागि भित्तामा पाइप फिक्स गर्ने	१	३	४
	ख.५. काठ/प्लाष्टिकको Bed फिक्स गर्ने	१	३	४
ग.	तार राख्न सहायता गर्ने			
	ग.१. तारको गेज/निरन्तरता जाँच्ने	१	३	४
	ग.२. अर्थिङ (Earthing) का लागि तार उपलब्ध गराउने	१	३	४
	ग.३. परिपथ तार (आधा तार) राख्ने	१	३	४
	ग.४. टेलिफोनका लागि तार राख्ने	१	२	३
	ग.५. केबल/लठ्ठाका का लागि तार राख्ने	१	२	३
	ग.६. मुख्य आपूर्ति का लागि तार राख्ने	१	२	३
घ.	बोर्ड/बक्स राख्न सहायता गर्ने			
	घ.१. स्विच बक्स राख्ने	१	२	३
	घ.२. होल्डर बक्स राख्ने	१	२	३

क्रम संख्या	कामहरु/सीपहरु	समय (घण्टामा)		
		सै.	प्रयो.	जम्मा
	घ.३. पावर बक्स राख्ने	१	२	३
	घ.४. टेलिफोन बक्स राख्ने	१	२	३
	घ.५. टेलिफोन/केबुलका/लठ्ठाको गोलाकार बक्स राख्ने	१	२	३
	घ.६. एम.सि.वि. बक्स राख्ने	१	१	२
	घ.७. डि.पी. (डबल पोल) बक्स राख्ने	१	१	२
	घ.८. मिटर बक्स राख्ने	१	१	२
ङ.	बिजुली सम्बन्धी उपयोगी सामानहरु फिट गर्ने/जाँच्ने			
	ङ.१. राउण्ड प्लेट/ब्लक फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.२. होल्डर जाँच्ने/फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.३. सिलिङ्ग रोज जाँच्ने/फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.४. स्विच जाँच्ने/फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.५. फ्युज जाँच्ने/फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.६. इन्डिकेटर जाँच्ने/फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.७. टु पिन सकेट फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.८. फाइभ पिन सकेट फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.९. दुइटा मुख भएको स्विच जाँच्ने/फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.१०. बेलपुस स्विच जाँच्ने/फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.११. डायमिटर स्विच जाँच्ने/फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.१२. इन्टरमेडियट/क्रस स्विच जाँच्ने/फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.१३. कम्बाइन पावर स्विच सकेट जाँच्ने/फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.१४. टेलिफोन/टि.भी. को सकेट फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.१५. घण्टी फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.१६. सो लाइट फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.१७. ट्युब लाइट फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.१८. डोम लाइट फिट गर्ने	१	१	२

क्रम संख्या	कामहरु/सीपहरु	समय (घण्टामा)		
		सै.	प्रयो.	जम्मा
	ङ.१९. एम.सि.वि. जाँच्ने/ फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.२०. मेन स्विच फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.२१. चेन्ज ओभर स्विच फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.२२. पंखा फिट गर्ने (सिलिङ्ग/एगजष्ट/भित्ता)	१	१	२
	ङ.२३. रनिङ्ग चेन्जओभर जाँच्ने/फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.२४. गेट लाइट/गार्डेन लाइट फिट गर्ने	१	१	२
	ङ.२५. सव-मिटर फिट गर्ने	१	१	२
च.	अर्थिङ राख्न सहायता गर्ने			
	च.१. खाल्डो/खाडल खन्ने	१	२	३
	च.२. अर्थिङ प्लेट (Earthing Plate) राख्ने	१	२	३
	च.३. तामाको तार जोड्ने	१	२	३
	च.४. गोल/कोइला हाल्ने	१	२	३
	च.५. नुन हाल्ने	१	२	३
	च.६. चुन हाल्ने	१	२	३
	च.७. कङक्रीट हाल्ने	१	२	३
	च.८. जी आई/पिभिसी पाइप राख्ने	१	२	३
	च.९. माटोले खाडल पुर्ने	१	२	३
छ.	पावर सप्लाई जाँच्न सहायता गर्ने			
	छ.१. फेज लाइन जाँच्ने	१	३	४
	छ.२. अर्थिङ लाइन (earthing Line) जाँच्ने	१	३	४
	छ.३. टेलिफोन लाइन जाँच्ने	१	३	४
	छ.४. केबलको लाइन जाँच्ने	१	३	४
	छ.५. भोल्टेज जाँच्ने	१	२	३
	छ.६. अर्थ लिकेज जाँच्ने	१	२	३
ज.	मरम्मत/सम्भारमा सहायता गर्ने			

क्रम संख्या	कामहरु/सीपहरु	समय (घण्टामा)		
		सै.	प्रयो.	जम्मा
	ज.१. टुयुब लाइट फेर्ने	१	२	३
	ज.२. होल्डर फेर्ने	१	२	३
	ज.३. चिम फेर्ने	१	२	३
	ज.४. स्विच फेर्ने	१	२	३
	ज.५. फ्यूज फेर्ने	१	२	३
	ज.६. इन्डिकेटर फेर्ने	१	२	३
	ज.७. पावर सकेट फेर्ने	१	२	३
	ज.८. टि.भी.को सकेट फेर्ने	१	२	३
	ज.९. टेलिफोनको सकेट फेर्ने	१	२	३
	ज.१०. सिलिङ्ग रोज फेर्ने	१	२	३
झ.	अन्यसँग संचार गर्ने			
	झ.१. बिजुलीको मिस्त्रीसँग संचार गर्ने	१	२	३
	झ.२. ग्राहकसँग संचार गर्ने	१	२	३
	झ.३. रोजगारदातासँग संचार गर्ने	१	२	३
	झ.४. सहकर्मीसँग संचार गर्ने	१	२	३
	झ.५. सुपरिवेक्षकसँग संचार गर्ने	१	२	३
	झ.६. आपूर्तीकर्तासँग संचार गर्ने	१	२	३
	झ.७. आगन्तुकसँग संचार गर्ने	१	२	३
	झ.८. कनिष्ठहरुसँग संचार गर्ने	१	२	३
	झ.९. बिजुली पसलसँग संचार गर्ने	१	२	३
	झ.१०. टेलिफोन रीसिभ गर्ने	१	२	३
ञ.	पेशागत वृत्ति विकास गर्ने			
	ञ.१. बिजुलीको मिस्त्रीसँग परामर्श लिने	१	२	३
	ञ.२. अन्य कार्यशालाहरुको भ्रमण गर्ने	१	३	४
	ञ.३. सम्बन्धित सामाग्रीहरु अध्ययन गर्ने (कागजपत्र,	१	३	४

क्रम संख्या	कामहरु/सीपहरु	समय (घण्टामा)		
		सै.	प्रयो.	जम्मा
	पुस्तिका, ब्रोशियर इत्यादि)			
	ञ.४. तालीमका लागि कार्यक्रम/स्थानको खोजी गर्ने	१	४	५
	ञ.५. तालीम/सेमिनार/कार्यशालारुमा उपस्थित हुने	१	२	३
	ञ.६. श्रव्य-दृश्यहरुको अवलोकन गर्ने	१	२	३
	ञ.७. इन्टरनेट चलाउने	१	२	३

<u>मुख्य कार्य (Duty) नं. १</u>: खाका कोर्न सहायता गर्ने

क.सं.	सीपहरु (Competencies)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)	समय (घन्टामा)			कैफियत
			सै.	प्रयो.	जम्मा	
१.	खाका कोर्न सहायता गर्ने (Layout)	▪ परिपथ योजना बत्ति बाल्ने प्लान र ले आउट प्रणालीको पहिचान ▪ चिनो लगाउने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	३	४	
२.	छतको बीचमा गोलाकार बक्स फिट गर्ने	▪ गोलाकार बक्सका प्रकार ▪ चिनो लगाउने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	३	४	
३.	आवश्यकता अनुसार पाइपलाई टुक्रा पार्ने	▪ वायरीङ तार राख्नका लागि पाइपको नाप (लम्बाइ र व्यास) ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	३	४	
४.	टेलिफोन/केबलका लागि पाइप फिट गर्ने	▪ वायरीङ तार राख्नका लागि पाइपको नाप (लम्बाइ र व्यास) ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	३	४	
५.	मेन लाइनका लागि पाइप राख्ने	▪ वायरीङ तार राख्नका लागि पाइपको नाप (लम्बाइ र व्यास) ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	३	४	
६.	गेट लाइटका लागि पाइप राख्ने	▪ वायरीङ तार राख्नका लागि जी.आई. पाइपको नाप (लम्बाइ र व्यास) ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	३	४	

मुख्य कार्य (Duty) नं. २: वायरीङका लागि सतह (Surface) तयार गर्ने

क्र.सं.	सीपहरु (Competencies)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)	समय (घन्टामा)			कैफियत
			सै.	प्रयो.	जम्मा	
१.	भित्ता फुटाउने	▪ रामो चलाउने प्रविधी ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	६	७	
२.	पाइप फिक्स गर्ने	▪ पि.भि.सी. र धातुको पाइप फिक्स गर्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	३	४	
३.	जङ्क्शन ब्याण्ड जडान गर्ने	▪ विभिन्न प्रकारका जङ्क्शन ब्याण्ड ▪ पि.भि.सी. र धातुको पाइप फिक्स गर्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	२	३	
४.	टेलिफोन/केबुलका लागि भित्तामा पाइप जडान गर्ने	▪ पि.भि.सी. र धातुको पाइप फिक्स गर्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	३	४	
५.	काठ/प्लाष्टिकको बेड जडान गर्ने	▪ काठ/प्लाष्टिक बेडका प्रकार र नाप ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	३	४	

मुख्य कार्य (Duty) नं. ३: वायरीङ तार राख्न सहायता गर्ने

क्र.सं.	सीपहरु (Competencies)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)	समय (घन्टामा)			कैफियत
			सै.	प्रयो.	जम्मा	
१.	तारको गेज र निरन्तरता जाँच्ने	▪ मेजरीङ गेज र चलाउने तरिका ▪ इकाइ र नाप ▪ नापहरु विभिन्न इकाइहरुमा परिवर्तन गर्ने तरिका ▪ वायर गेज तालिका र तारको विद्युत् बहन गर्न सक्ने क्षमता देखाउने तालिका र तिनीहरुको प्रयोग ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	३	४	
२.	अर्थिङको लागि तार उपलब्ध गराउने	▪ अर्थिङको महत्व ▪ अर्थ इलेक्ट्रोड का प्रकार र प्रक्रिया ▪ कलर कोड ▪ कम अर्थिङ अवरोध प्राप्त गर्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपायहरु	१	३	४	
३.	परिपथ तार (आधा तार) राख्ने	▪ परिपथ का विभिन्न प्रकारहरु डिष्ट्रिब्युसन, सब	१	३	४	

क्र.सं.	सीपहरु (Competencies)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)	समय (घन्टामा)			कैफियत
			सै.	प्रयो.	जम्मा	
		डिष्ट्रिब्युसन, शाखा परिपथ) ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय				
४.	टेलिफोनको तार राख्ने	▪ परिपथको चित्र र चित्र सम्बन्धी जानकारी ▪ टेलिफोनको तार सम्बन्धित ठाउँमा राख्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	२	३	
५.	केबुलको तार राख्ने	▪ तार राख्नका लागि विभिन्न उपकरणहरु ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	२	३	
६.	मुख्य आपूर्ति का लागि तार राख्ने	▪ मुख्य आपूर्ति तार ▪ बिजुली सप्लाइ गर्ने मुख्य तारको काम ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	२	३	

मुख्य कार्य (Duty) नं. ४: बोर्ड/बक्स राख्न सहायता गर्ने

क्र.सं.	सीपहरु (Competencies)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)	समय (घन्टामा)			कैफियत
			सै.	प्रयो.	जम्मा	
१.	स्विच बक्स राख्ने	▪ स्विच बक्सका श्रेणीहरुको विवरण ▪ विभिन्न साइज र आकारका स्विच बक्सहरुको चयन ▪ राख्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	२	३	
२.	होल्डर बक्स राख्ने	▪ विभिन्न प्रकारका बत्तीका लागि आवश्यक माउन्टिङ्गका प्रकार ▪ राख्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	२	३	
३.	पावर बक्स राख्ने	▪ पावर सकेट माउन्टिङ्ग बक्सको छनौट ▪ राख्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	२	३	
४.	टेलिफोन बक्स राख्ने	▪ टेलिफोन प्लग माउन्टिङ्गको छनौट, प्रकार तथा प्रयोग । ▪ राख्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	२	३	
५.	टेलिफोन/केबुलको गोलाकार बक्स राख्ने	▪ टेलिफोन/केबुल प्लग माउन्टिङ्गको छनौट तथा प्रकार र प्रयोग बारे जानकारी	१	२	३	

क्र.सं.	सीपहरु (Competencies)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)	समय (घन्टामा)			कैफियत
			सै.	प्रयो.	जम्मा	
		▪ राख्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय				
६.	एम.सि.वी. बक्स राख्ने	▪ सिङ्गल फेज तथा थ्रि फेज एमसीबीहरु तथा आवश्यक माउन्टिङ्ग बक्स बारे जानकारी ▪ राख्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	२	३	
७.	डि.पी. (डबल पोल) बक्स राख्ने	▪ डि.पी. बक्सका विभिन्न साइज र प्रकारहरु ▪ राख्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	२	३	
८.	मिटर बक्स राख्ने	▪ विभिन्न प्रकारका मिटर बक्स जोड्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	२	३	

<u>मूख्य कार्य (Duty) नं. ५:</u> बिजुली सम्बन्धी उपयोगी सामानहरु फिट गर्ने ।

क्र.सं.	सीपहरु (Competencies)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)	समय (घन्टामा)			कैफियत
			सै.	प्रयो.	जम्मा	
१.	राउण्ड प्लेट/ब्लक फिट गर्ने	▪ विभिन्न प्रकारका भाग तथा फिटिङ्गहरु ▪ चाहिएको नमुनाको चयन ▪ स्तरीय वायरीङ्गका नियमहरु ▪ तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	
२.	होल्डर फिट गर्ने/जाँच्ने	▪ चाहिएको नमूनाको चयन ▪ स्तरीय वायरीङ्गका नियमहरु ▪ तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	
३.	सिलिङ्ग रोज फिट गर्ने/जाँच्ने	▪ चाहिएको नमुना चयन ▪ स्तरीय वायरीङ्गका नियमहरु ▪ सिलिङ्ग रोज बीम र कंक्रिटमा फिक्स गर्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	
४.	स्वीच फिट गर्ने/जाँच्ने	▪ विभिन्न प्रकारका स्विचहरुको फिक्स गर्ने तरिका ▪ वायरीङ गर्ने तरिका र आवश्यक कनेक्शन ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	
५.	फ्यूज फिट गर्ने	▪ धेरै करेन्ट प्रवाह हुने	१	१	२	

क्र.सं.	सीपहरु (Competencies)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)	समय (घन्टामा)			कैफियत
			सै.	प्रयो.	जम्मा	
		सिद्धान्त तथा अर्थिङको समस्याबाट बचावट ▪ फ्यूजहरुको विभिन्न प्रकार र श्रेणी ▪ सर्किट ब्रेकर				
६.	सूचक फिट गर्ने/जाँच्ने	▪ सूचक को प्रयोग र पहिचान ▪ फिट गर्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	
७.	टु पीन सकेट फिट गर्ने	▪ टु पीन सकेटको प्रयोग ▪ फिट गर्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	
८.	फाइभ पीन सकेट फिट गर्ने	▪ फाइभ पीन सकेटको प्रयोग ▪ फिट गर्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	
९.	दुइटा मुख भएको स्विच जाँच्ने/फिट गर्ने	▪ दुइटा मुख भएको स्विचको प्रयोग ▪ फिट गर्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	
१०.	बेल पुस स्विच जाँच्ने/फिट गर्ने	▪ बेल पुस स्विचको प्रयोग ▪ फिट गर्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	
११.	डायमिटर स्विच जाँच्ने/फिट गर्ने	▪ डायमिटर स्विचको प्रयोग ▪ फिट गर्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	
१२.	इन्टरमिडियट/क्रस स्विच जाँच्ने/फिट गर्ने	▪ इन्टरमिडियट/क्रस स्विचको प्रयोग ▪ फिट गर्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	
१३.	कम्बाइन पावर स्विच सकेट फिट गर्ने/जाँच्ने	▪ कम्बाइन पावर स्विच सकेट को प्रयोग ▪ लोडिङ्ग अफ मेन एण्ड सब सर्किट (साधारण धारणा मात्र) ▪ फिट गर्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	
१४.	टेलिफोन/टि.भी. सकेट फिट गर्ने	▪ टेलिफोन/टि.भी. सकेट फिट गर्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	
१५.	घण्टी फिट गर्ने	▪ घण्टी, बटन, तार, ट्रान्सफरमर (यदि भएमा) जाँच्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी जानकारी	१	१	२	

क्र.सं.	सीपहरु (Competencies)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)	समय (घन्टामा)			कैफियत
			सै.	प्रयो.	जम्मा	
१६.	सो लाइट फिट गर्ने	▪ सो लाइट को प्रयोग ▪ फिट गर्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	
१७.	ट्यूब लाइट फिट गर्ने	▪ सेतो प्रकाश दिने ल्याम्प को प्रयोग ▪ सेतो प्रकाश दिने ल्याम्प को प्रकार (प्रिहिटेड, र्‍यापिड स्टार्ट, इन्स्ट्याण्ट स्टार्ट) ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	
१८.	डोम लाइट फिट गर्ने	▪ विभिन्न प्रकारका डोम लाइट हरुको प्रयोग ▪ डोम लाइटहरुको प्रकार ▪ फिट गर्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	
१९.	एम.सि.वी. जाँच्ने/फिट गर्ने	▪ एम.सि.वी. को परिचय र महत्व (साधारण जानकारी मात्र) ▪ विद्युतको सुरक्षित प्रवाहको लागि प्रोटेक्टीव ब्रेकरको प्रयोग ▪ सर्भिस प्यानलमा सर्किटको पहिचान ▪ परिपथ भार गणना (ऐच्छिक) ▪ फिट गर्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	
२०.	मुख्य स्विच फिट गर्ने	▪ मुख्य स्विच, मुख्य सर्किट तथा सहायक सर्किटको लागि फ्यूज सिमेन्टको क्षमता रेटिङ्ग ▪ मुख्य स्विच जोड्ने तरिका ▪ मुख्य स्विच मा फेज क्रम जाँच्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	
२१.	चेन्ज ओभर फिट गर्ने	▪ चेन्ज ओभर स्विच को प्रयोग ▪ संयोग बिन्दु (टर्मिनल प्वाइन्ट) मा जोड्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	
२२.	पंखा फिट गर्ने (सिलिङ्ग, एग्जष्ट र भित्ता)	▪ पंखाको चयन (साइज र पावर रेटिङ्ग) ▪ इन्सुलेसन रेजिष्टेन्स को जाँच	१	१	२	

क्र.सं.	सीपहरु (Competencies)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)	समय (घन्टामा)			कैफियत
			सै.	प्रयो.	जम्मा	
२३.	रनिङ्ग चेन्ज ओभर जाँच्ने/फिट गर्ने	▪ रनिङ्ग चेन्ज ओभर स्विच जाँच्ने तरिका र जोड्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी तरिका	१	१	२	
२४.	गेट लाइट/गार्डेन लाइट फिट गर्ने	▪ गेट/प्रवेश द्वार र बगैंचाको बत्तीहरुको प्रयोग ▪ फिट गर्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	
२५.	सव-मिटर फिट गर्ने	▪ बहालमा दिने, धेरै तला भएको घर एवं व्यापारिक भवनहरुमा सव-मिटरको महत्व ▪ विभिन्न कोठा, अपार्टमेन्टहरुमा राखिएका सव-मिटरहरुको समय-समयमा जाँच गरी त्यसको अवस्थाबारे जान्नुको महत्व ▪ फिट गर्ने तरिका ▪ सुरक्षा सम्बन्धी उपाय	१	१	२	

<u>मुख्य कार्य (Duty) नं. ६</u>: अर्थिङ राख्न सहायता गर्ने ।

क्र.सं.	सीपहरु (Competencies)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)	समय (घन्टामा)			कैफियत
			सै.	प्रयो.	जम्मा	
१.	खाडल खन्ने	▪ काम गर्ने स्थानको सर सफाइ ▪ खाडल खन्ने, प्वाल, ट्रेन्च बनाउने औजारहरु (पिक, वेल्चा इत्यादि) ▪ खाडलको साइजको नाप (लम्बाइ, चौडाइ, गहिराइ)	१	२	३	
२.	अर्थिङ प्लेट राख्ने (तामा, अन्य)	▪ पाइप अर्थिङ र यसको विशेषता ▪ तामा एवं अन्य प्लेट राख्ने तरिका ▪ विभिन्न प्रकारको अर्थिङका लागि आवश्यक सामानहरुको सूची	१	२	३	
३.	तामाको तार जोड्ने	▪ वायरीङ गर्ने तरिका ▪ अर्थिङका लागि तामाको तारको विशेषता	१	२	३	

क्र.सं.	सीपहरु (Competencies)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)	समय (घन्टामा)			कैफियत
			सै.	प्रयो.	जम्मा	
४.	गोल/कोइला हाल्ने	▪ खाडलको प्रत्येक इलेक्ट्रोड मा कोइला भर्ने तरिका	१	२	३	
५.	नुन हाल्ने	▪ खाडलको वरिपरि नुन राख्ने तरिका	१	२	३	
६.	चुन हाल्ने	▪ प्लेटको वरिपरि र गहिराइमा चुन राख्ने तरिका	१	२	३	
७.	कङ्क्रीट हाल्ने	▪ खाल्डोको वरिपरि कङ्क्रीट हाल्ने तरिका	१	२	३	
८.	जी.आई./पि.भि.सी. पाइप राख्ने	▪ जी.आई./पि.भि.सी. पाइपको मिल्ने साइजको चयन ▪ अर्थिङको पाइप छोप्नुको महत्व	१	२	३	
९.	माटोले खाडल पुर्ने	▪ माटोले खाडल पुर्ने तरिका	१	२	३	

मूख्य कार्य (Duty) नं. ७: पावर सप्लाई जाँच्न सहायता गर्ने ।

क्र.सं.	सीपहरु (Competencies)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)	समय (घन्टामा)			कैफियत
			सै.	प्रयो.	जम्मा	
१.	फेज लाइन जाँच्ने	▪ मूख्य सप्लाईको फेज लाइन जाँच्ने तरिका ▪ सिङ्गल पोल स्विचहरुको सानो नियोन ट्युब टेष्टरले पोलारिटी जाँच गर्ने तरिका	१	३	४	
२.	अर्थिङको लाइन जाँच्ने	▪ अर्थिङ लाइन जाँच गर्ने (अर्थ कन्टिन्यूटी पाथ तथा अर्थ रेजिस्टेन्स तथा मेगर को प्रयोग समेत गरी ।	१	३	४	
३.	टेलिफोन लाइन जाँच्ने	▪ अर्थिङ लाइन जाँच गर्ने (अर्थ कन्टिन्यूटी पाथ तथा अर्थ रेजिस्टेन्स तथा मेगरको प्रयोग समेत गरी ।	१	३	४	
४.	केबुल लाइन जाँच्ने	▪ कार्य नं. ३ हेर्नुहोस् । ▪ लाइटिङ सर्किटको पोलारिटी जाँच गरेपछि सप्लाइ जोड्नु पहिले सबै लिङ्क हटाउने ज्ञान । ▪ तलका कुराहरुको अनुसरण गर्नु : ▪ सबै लोड हटाउनु ▪ आइसोलेशन सुनिश्चित गर्ने	१	३	४	

क्र.सं.	सीपहरु (Competencies)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)	समय (घन्टामा)			कैफियत
			सै.	प्रयो.	जम्मा	
		■ सर्किट मा लिङ्क राख्ने ■ इन्सुलेशनको नियमितता जाँच्ने र उपकरणको ओहम्स जिरो नाप्ने ■ सर्किटमा उपकरण राख्ने ■ खोल्ने/बन्द गर्ने स्विच राख्ने ■ कुरा गर्ने, पढ्ने र रेकर्ड गर्ने				
५.	भोल्टेज जाँच्ने	■ भोल्टेजको लाइन जाँच्नुको महत्व ■ विभिन्न परिपथ, उप-परिपथ र शाखा परिपथ हरुमा आउने/जाने भोल्टेजको आपूर्ति ।	१	२	३	
६.	अथए लिङ्केज जाँच्ने	■ प्यानल, बाहिर जाने सर्किट तथा अर्थ इलेक्ट्रोड रेसिस्टेन्समा अर्थ लिंकेज जाँच्नुको महत्व ■	१	२	३	

मुख्य कार्य (Duty) नं. ८: मरम्मत/सम्भारमा सहायता गर्ने

क्र.सं.	सीपहरु (Competencies)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)	समय (घन्टामा)			कैफियत
			सै.	प्रयो.	जम्मा	
१.	ट्यूब लाइट फेर्ने	▪ खराबी हुने ठाउँहरु (जस्तैः ल्याम्प होल्डर, स्र्टाटर, स्र्टाटर तथा ट्यूब होल्डरमा हुने लुज कन्ट्याक्ट को ज्ञान)	१	२	३	
२.	होल्डर फेर्ने	▪ खराबी देखाउने प्रविधी ▪ ट्यूब र स्र्टाटर होल्डर फेर्ने तरिका	१	२	३	
३.	चिम फेर्ने	▪ खराबी देखाउने प्रविधी ▪ ल्याम्प होल्डर फेर्ने तरिका	१	२	३	
४.	स्विच फेर्ने	▪ नियन्त्रण गर्ने सामानहरुको सञ्चालन प्रक्रिया । ▪ खराबी पत्ता लगाउने उपाय ▪ स्विच फेर्ने तरिका	१	२	३	
५.	फ्यूज फेर्ने	▪ फ्यूजको श्रेणी र प्रकार ▪ फ्यूज जोड्नुको महत्व ▪ फ्यूजमा आउने खराबीहरु ▪ फ्यूज फेर्ने तरिका	१	२	३	
६.	सुचक यन्त्र फेर्ने	▪ सुचक यन्त्र जाँच्नुको महत्व ▪ सुचक फेर्नुको महत्व	१	२	३	
७.	पावर सकेट बदल्ने	▪ पावर सकेट को टर्मिनल पिनहरु जाँच्नुको महत्व ▪ पिनहरुले काम नगर्दा वा जल्दा बदल्ने तरिका	१	२	३	
८.	टि.भी. सकेट फेर्ने	▪ टि.भी. सकेट को टर्मिनल पिनहरु जाँच्नुको महत्व ▪ पिनहरुले काम नगर्दा वा जल्दा बदल्ने तरिका	१	२	३	
९.	टेलिफोन सकेट बदल्ने	▪ टेलिफोन सकेट को टर्मिनल पिनहरु जाँच्नुको महत्व ▪ पिनहरुले काम नगर्दा वा जल्दा बदल्ने तरिका	१	२	३	
१०.	सिलिङ्ग रोज बदल्ने	▪ सिलिङ्ग रोज को टर्मिनल पिन जाँच्नुको महत्व ▪ पीनहरुले काम नगर्दा वा जल्दा बदल्ने तरिका	१	२	३	

मुख्य कार्य (Duty) नं. ९: अन्यसँग संचार गर्ने

क.सं.	आवश्यक क्षमता (Competencies)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)	समय (घन्टामा)			कैफियत
			सै.	प्रयो.	जम्मा	
१.	बिजुलीको मिस्त्रीसँग संचार गर्ने	▪ संचारको अर्थ र महत्व ▪ संचारका प्रकारहरु (मौखिक, सांकेतिक रुपमा, लिखित) ▪ मौखिक संचारको प्रविधी ▪ सहयोगात्मक कामका लागि संवाद ▪ सूचना आदान-प्रदान ▪ वरिष्ठ पदाधिकारीहरुसँग कामबारे अग्रिम छलफल ▪ संवादका लागि उपयूक्त भाषाको प्रयोग (तल्ला तथा उच्च तहका कर्मचारीहरुसँग)	१	२	३	
२.	ग्राहकसँग संचार गर्ने	▪ ग्राहकहरुको कुरा र उनीहरुको विचारको महत्व (विचार दिने, अस्पष्ट कुराहरु समाधानका उपाय)	१	२	३	
३.	रोजगारदातासँग संचार गर्ने	▪ कार्य नं. २ हेर्नुस् ।	१	२	३	
४.	सहकर्मीसँग संचार गर्ने	▪ दिइएको कामका बारेमा सहकर्मीहरुसँग छलफल गर्नुको महत्व	१	२	३	
५.	सुपरिवेक्षकसँग संचार गर्ने	▪ कार्य नं. १ हेर्नुस् ।	१	२	३	
६.	आपूर्तीकर्तासँग संचार गर्ने	▪ कार्य नं. २ हेर्नुस् ।	१	२	३	
७.	आगन्तुकसँग संचार गर्ने	▪ कार्य नं. २ हेर्नुस् ।	१	२	३	
८.	कनिष्ठहरुसँग संचार गर्ने	▪ कार्य नं. ४ हेर्नुस् ।	१	२	३	
९.	बिजुली पसलसँग संचार गर्ने	▪ माग र पूर्तिको अर्डर ▪ बिल/भर्पाइ ▪ सामानको आपूर्ति र डेलिभरी	१	२	३	
१०.	टेलिफोन रीसिभ गर्ने	▪ टेलिफोनको अर्थ, महत्व र काम ▪ टेलिफोन रीसिभ गर्ने प्रविधि ▪ टेलिफोन रीसिभ गर्ने तरिका ▪ खबर लेख्ने प्रविधि	१	२	३	

मुख्य कार्य (Duty) नं. ९: पेशागत वृत्ति विकास गर्ने

क.सं.	सीपहरु (Competencies)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)	समय (घन्टामा)			कैफियत
			सै.	प्रयो.	जम्मा	
१.	बिजुलीको मिस्त्रीसंग परामर्श लिने	■ बिजुलीको मिस्त्रीसँग पेशाको खोजी सम्बन्धी गरिने क्रियाकलापहरुको महत्व	१	२	३	
२.	अन्य कार्यशालाहरुको भ्रमण	■ अन्य कार्यशालाहरुको भ्रमण गर्नुको फाइदा	१	३	४	
३.	सम्बन्धित सामाग्रीहरुको अध्ययन गर्ने (कागजपत्र, पुस्तिका, ब्रोशियर)	■ पेशासँग सम्बन्धित कागजपत्र, पुस्तिका, सीट आदिको अध्ययनबाट हुने फाइदा	१	३	४	
४.	तालीम/सेमिनार/कार्यशालाहरुमा उपस्थित हुने	■ व्यावसायिक बन्नुपर्ने आवश्यकता ■ पेशागत रुपबाट संस्थाभित्र तथा संस्थाबाहिर अगाडि बढ्ने मौकाको महत्व	१	४	५	
५.	श्रव्य-दृश्यहरुको अवलोकन गर्ने	■ टि.भी. च्यानल, श्रव्य-दृश्य सामाग्रीहरुसँग परिचय ■ श्रव्य-दृश्यबाट सिकिने कुराहरुको महत्व	१	२	३	
६.	इन्टरनेट चलाउने	■ कम्प्यूटरबारेको जानकारी ■ इन्टरनेट चलाउने प्रविधि	१	२	३	
७.	तालीमका लागि कार्यक्रम/स्थान आदिको खोजी गर्ने	■ बढुवाका लागि तालीमको महत्व ■ पूर्नताजगी तालीमका लागि तालीम दिने व्यक्ति/संस्थाको खोजी	१	२	३	