काठमाडौँ महानगरपालिका, शिक्षा विभाग
कक्षा ९ को लागि

ब्युटिसियन र हेयर स्टाइल
Beautician and Hair Style

पाठ्यक्रम

Glocal Academy of Skills द्वारा तयार गरिएको

२०७९ (2023 AD)

विषय सूची

परिचय:..1
लक्ष्य: 1
उद्देश्य:..1
पाठ्यक्रमको वर्णन:..1
तालिम अवधि:..1
लक्षित समूह:...1
लक्षित स्थान: 1
विद्यार्थी संख्या: 1
प्रशिक्षणको भाषा:..1
विद्यार्थी उपस्थिति: 1
प्रशिक्षकको योग्यता: 1
प्रशिक्षक-विद्यार्थीको अनुपात: 1
प्रशिक्षण विधि:..2
विद्यार्थी मूल्यांकन: 2
प्रमाण-पत्र प्रदान:...2
प्रशिक्षण सम्बन्धी सुझाव: 2
पाठ्यक्रम संरचना (Curriculum Structure) 3
मोड्युल १: परिचय (Introduction) 4
मोड्युल: २ आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू (Basic Beautician and Hair tyle Tasks) 5
परियोजना...31
आवश्यक औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू 33
मूल्याङ्कन र मार्किङ योजना (Assessment and Marking Scheme)..........33
क्यारियर परामर्श पाठ्यक्रम (Career Counseling Curriculum) 40

परिचयः

यो पाठ्यक्रममा ब्युटिसियन र हेयर स्टाइल (Beautician and Hair Style) सम्बन्धी ज्ञान तथा सीपहरू समावेश गरिएको छ। यस पाठ्यक्रमले विद्यार्थीहरूलाई व्यक्तिगत एवम् औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरूको सुरक्षालाई पहिलो प्राथमिकता दिएर प्रयोगात्मक अभ्यास मार्फत सीप प्राप्त गर्न र दक्ष हुन मार्ग निर्देशन प्रदान गर्दछ।

लक्ष्यः

कक्षा ९ मा अध्ययनरत विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूलाई अभिरुची भएको विषयसँग सम्बन्धित आधारभूत सीपहरू प्रदान गर्न।

उद्देश्यः

यस पाठ्यक्रममा आधारित रहेर सञ्चालित तालिम कार्यक्रम सफलतापूर्वक सम्पन्न गरेपछि विद्यार्थीहरूले व्यक्तिगत, औजार उपकरण र कार्यस्थलको सुरक्षाका नियमहरू समेत पालना गरेर निम्न कार्यहरू गर्न सक्नेछन्:

- आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू गर्न
- सामान्य मेकअप गर्न।

पाठ्यक्रमको वर्णनः

यो पाठ्यक्रम ब्युटिसियन र हेयर स्टाइल (Beautician and Hair Style) सगँ सम्बन्धित कार्यहरूमा आधारित छ र उक्त कार्यहरूलाई विभिन्न मोड्युलहरूमा समाबेश गरिएकोछ। (पाठ्य संरचना हेर्नुहोस्)।

तालिम अवधिः

९० घण्टा

लक्षित समूहः

- कक्षा ९ मा अध्ययनरत विद्यार्थीहरू

लक्षित स्थानः

विद्यालय

विद्यार्थी संख्याः

एक समूहमा अधिकतम २० जना

प्रशिक्षणको भाषाः

प्रशिक्षणको भाषा नेपाली हुनेछ। यद्यपी, छलफल स्थानीय भाषामा र प्राविधिक शब्दावलीहरू (Technical Terminologies) अंग्रेजीमा उल्लेख हुन सक्नेछन्।

विद्यार्थी उपस्थितिः

सिकाई अवधिभर विद्यार्थीको उपस्थिति प्रत्येक मोड्युलमा कम्तीमा ९० % पुगेको हुनु पर्नेछ अन्यथा प्रमाणपत्र पाउन योग्य मानिने छैन।

प्रशिक्षकको योग्यताः

- सम्बन्धित विषयमा कम्तिमा डिप्लोमा तथा प्रमाणपत्र तह अथवा राष्ट्रिय सीप परीक्षण समितिबाट न्यूनतम तह २ अथवा सो सरहको डिग्री प्राप्त गरी १ वर्षको प्रशिक्षण अनुभव हासिल गरेको;

प्रशिक्षक-विद्यार्थीको अनुपातः

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

प्रशिक्षण विधि:

यस पाठ्यक्रममा आधारित रहेर तालिम सञ्चालन गर्दा प्रशिक्षणको क्रममा उदाहरणयुक्त व्याख्या, छलफल, प्रदर्शन, समूह कार्य, अभ्यास लगायत नविनत्तम शिक्षण विधिहरू प्रयोग गरिनेछ।

विद्यार्थी मूल्यांकन:

- विद्यार्थीहरूले प्राप्त गरेको सीपको मूल्यांकन सम्बन्धित प्रशिक्षकले नियमित रुपमा गर्नुपर्नेछ।
- विद्यार्थीहरूले सिकेको सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञानको मूल्यांकन सम्बन्धित प्रशिक्षकले मौखिक वा लिखित परीक्षाद्वारा गर्नुपर्नेछ।
- विद्यार्थी सफल हुन प्रयोगात्मक र सैद्धान्तिक दुबै मूल्यांकन गरी कम्तीमा ६० प्रतिशत अंक प्राप्त गर्नुपर्नेछ।
- परीक्षा सम्बन्धित विद्यालयले नै लिनुपर्नेछ।

प्रमाण-पत्र प्रदान:

यो पाठ्यक्रम अनुसार सञ्चालित तालिम सफलतापूर्वक सम्पन्न गर्ने विद्यार्थीहरूलाई विद्यालयले प्रमाणपत्र प्रदान गर्नेछ।

प्रशिक्षण सम्बन्धी सुझाव:

१. प्रशिक्षण पूर्व पाठ्यक्रम पूर्णरुपमा अध्ययन गरी पाठयोजना तयार गर्ने, गराउने।
२. प्रश्नोत्तर सत्र (Question Answer session) को व्यवस्था गर्ने।
३. ८० प्रतिशत समय अभ्यासको लागि छुट्याउने।
४. पाठ्यक्रमको बारेमा विद्यार्थीहरूलाई जानकारी गराउने।
५. विद्यार्थी स्पष्ट नहुन्जेलसम्म प्रशिक्षकले सैद्धान्तिक विषयवस्तुलाई प्रभावकारी ढङ्गबाट प्रशिक्षण गर्ने र सीप प्रदर्शन गर्ने।
६. सिकारुलाई सीप अभ्यास गर्नु पूर्व व्यक्तिगत स्वास्थ्य तथा सुरक्षा, औजार, उपकरण प्रयोग तथा सुरक्षा अनिवार्य र सुनिश्चित गर्ने, गराउने।
७. पर्याप्त अभ्यास गराउने।
८. विद्यार्थीहरूलाई अन्तर्क्रिया गर्न प्रोत्साहित गर्ने।
९. विद्यार्थी केन्द्रित सिकाइ पद्धति अवलम्बन गर्ने।
१०. विद्यार्थीहरूलाई पर्याप्त सिकाइ सामग्रीहरू उपलब्ध गराउने।
११. प्रशिक्षण तथा अभ्यासको समयमा हर समय प्रशिक्षक उपलब्ध हुने।
१२. विद्यार्थीहरूलाइ नियमित उपस्थितिको लागि प्रोत्साहन गर्ने र उनीहरूको हाजिरि अभिलेख राख्ने।
१३. अभ्यासको क्रममा आवश्यकता अनुसार पृष्ठपोषण दिने।
१४. सिकारुले सीप सिकाइको क्रममा उत्पादन गरेको बस्तु भए त्यसको मूल्याङ्कन गर्ने, गराउने।
१५. तालिममा स्रोत साधनको उचित सदुपयोग गर्ने र मितव्ययी तवरले अभ्यास गराउने।

पाठ्यक्रम संरचना (Curriculum Structure)

सीपमूलक तालिमको नाम: ब्युटिसियन र हेयर स्टाइल (Beautician and Hair Style)
समय (Duration): सैद्धान्तिक २६.५ घण्टा + व्यावहारिक ६३.५ घण्टा = ९० घण्टा

मोड्युल #	शिर्षक	स्वभाव	सैद्धान्तिक (सै)	व्यावहारिक (व्या)	जम्मा
मोड्युल १	परिचय (Introduction)	सै	१६.०	-	१६,०
मोड्युल २	आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टाइल कार्यहरू (Basic Beautician and Hair Style Tasks)	सै + व्या	१०.५	४२.०	५२.५
			२६.५	४२.०	६८.५
परियोजना कार्य					२१.५
	जम्मा				९०

मोड्युल १: परिचय (Introduction)

विवरण (Description): यस मोड्युलमा पेशाको विषयमा र गर्नपर्ने कार्यहरूको संक्षिप्त जानकारी, पेशाको मर्यादा, पेशामा रहेर "गर्न हुने" र "गर्न नहुने" कार्यहरू र प्रयोग हुने आवश्यक औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू साथै प्रयोग हुने औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरूको परिचय र पहिचान, व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणको प्रयोग, कार्यस्थलको सरसफाई र सुरक्षा, कार्यस्थलको फोहर व्यवस्थापन, सौन्दर्य विधाको परिचय तथा महत्व, ब्युटिसियन पेशामा अँगाल्नु पर्ने ब्यवहारहरु, ब्युटिसियन र ग्राहक बीचको सम्बन्ध, व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणको प्रयोग, औजार र उपकरणको सुरक्षा, निर्मलीकरण/निसंक्रमित गर्ने विधि सम्बन्धी विषयवस्तु समावेश गरिएका छन्।

मोड्युल परिणाम (Module Outcome): यस मोड्युल पूरा भएपछि प्रशिक्षार्थीहरू गर्नपर्ने कार्यहरूको संक्षिप्त जानकारी, पेशाको मर्यादा, पेशामा रहेर "गर्न हुने" र "गर्न नहुने" कार्यहरू र प्रयोग हुने आवश्यक औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू साथै प्रयोग हुने औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरूको परिचय र पहिचान, व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणको प्रयोग, कार्यस्थलको सरसफाई र सुरक्षा, कार्यस्थलको फोहर व्यवस्थापन, सौन्दर्य विधाको परिचय तथा महत्व, ब्युटिसियन पेशामा अँगाल्नु पर्ने ब्यवहारहरु, ब्युटिसियन र ग्राहक बीचको सम्बन्ध, व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणको प्रयोग, औजार र उपकरणको सुरक्षा, निर्मलीकरण/निसंक्रमित गर्ने विधि सम्बन्धी विषयवस्तुमा जानकार हुनेछन्।

विषयवस्तु:

१. पेशाको पृष्ठभूमी, परिभाषा, कार्यक्षेत्र, महत्व र सम्भावनाबारे जानकारी।
२. पेशा अन्तर्गत गरिने कार्यहरूको बारेमा संक्षिप्त जानकारी।
३. प्रयोग हुने औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरूको परिचय र पहिचान
४. सौन्दर्य विधाको परिचय तथा महत्व
५. ब्युटिसियन पेशामा अँगाल्नु पर्ने ब्यवहारहरु
६. ब्युटिसियन र ग्राहक बीचको सम्बन्ध
७. व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणको प्रयोग
८. कार्यस्थलको सरसफाई र सुरक्षा
९. औजार र उपकरणको सुरक्षा, निर्मलीकरण/निसंक्रमित गर्ने विधि
१०. कार्यस्थलको फोहर व्यवस्थापन

समय (Duration): १६ घण्टा

मोड्युलः २ आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू (Basic Beautician and Hair Style Tasks)

विवरण (Description): यस मोड्युलमा आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यको लागि आवश्यक पर्ने कार्यहरू सम्बन्धी ज्ञान र सीपहरू समावेश गरिएका छन्।
मोड्युल परिणाम (Module Outcome): यस मोड्युल पूरा भएपछि विद्यार्थीहरू गर्न सक्षम हुनेछन्।
कार्यहरूः १ तेल मसाज (Oil Masssage) गर्ने । २ स्याम्पुयिङ्ग/कण्डिसनिङ्ग (Shampooing/Conditoning) गर्ने । ३ नर्मल हेयर स्पा (Normal Hair Spa) गर्ने । ४ हिना मेहन्दी (Heena Mehandi) लगाउने । ५ ब्लो ड्राइ सेटिङ्ग (Blow Dry Setting) गर्ने । ६ ब्याक कम्ब (Back Comb) गर्ने । ७ राउण्ड (Round) जुरो बनाउने । ८ हेयर पार्टिशन/सेक्सन (Hair Partition/Section) गर्ने ९ स्टेट हेयर कटिङ्ग (Straight Hair cutting) गर्ने १० यू सेप हेयर कटिङ्ग (U Shape Hair Cutting) गर्ने ११ भी सेप हेयर कटिङ्ग (V Shape Hair Cutting) गर्ने १२ स्टेप हेयर कटिङ्ग (Step Shape Hair Cutting) गर्ने १३ वाक्सिङ्ग (Waxing) गर्ने । १४ थ्रेडिङ्ग (Threading) गर्ने । १५ ट्विजिङ्ग/प्लकिङ्ग Tweezing/plucking) गर्ने । १६ रेजर (Razer) गर्ने । १७ फेस क्लिन्जिङ्ग (Face cleansing) गर्ने १८ डीप फेस क्लिन्जिङ्ग (Deep face cleansing) गर्ने १९ नर्मल मेनिक्योर (Normal Manicure) गर्ने । २० नर्मल पेडिक्योर Normal Pedicure गर्ने । २१ साधारण मेहन्दी आर्ट (Simple Mehandi Art) गर्ने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक १०.५ घण्टा + व्यावहारिक ४२.० घण्टा = ५२.५ घण्टा

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 1:** तेल मसाज (Oil Masssage) गर्ने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	**अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)**	**सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)**
१. ग्राहकलाई स्वागत गर्ने । २. आवश्यक सामग्रीहरु तयार पार्ने ३. ग्राहकलाई ओयल मसाज चेयरमा राखेर तयार गर्ने । ४. आफू पनि एप्रोन लगाएर तयार हुने । ५. कपालको प्रकार अनुसारको तेल लिने । ६. तेलकम्ब (Tailcomb) को सहायताले हेयर सेक्सन गर्दै कटनको सहायताले स्काल्पमा राम्ररी आयल लगाई दिने । ७. यसरी ओयल लगाइ सकेपछि मसिनो काइयोले स्काल्पमा छुने गरी १ मिनेट जति मजाले कोर्ने र २०/२५ मिनेट हातले मसाजगर्ने । ८. सम्पूर्ण कपालमा ओयल मसाज गरि सके पछि १० मिनेटको लागि हट टावेलले स्टिम दिने या सावर क्याप लगाइदिएर स्टिमरमा राखी दिने । ९. १० मिनेट पछि स्टिमरबाट हटाएर कपाललाई रुम टेम्परेचर (Room Temperature) मा सेलाउन दिने र पछि स्याम्पू गरी दिने । १०. प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने। ११. औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्ने ।	**दिइएको :** आवश्यक औजार र उपकरण सहितको ब्युटीपार्लर, ग्राहक । **निर्दिष्ट कार्य :** तेल मसाज (Oil Masssage) गन । **मापदण्ड :** • कार्यचरणहरु कमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । • जरादेखि टुप्पोसम्म एकनाशले तेल लागेको । • कपालमा चमक तथा नरमपना आएको । • कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको।	**Oil :** • प्रकार • महत्व • कपालको प्रकार **Steamer** • परिचय • महत्व **Masssage :** • परिचय • प्रकार • महत्व • प्रयोग गर्ने तेलहरु • मसाज गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु • मसाज गर्ने विधि

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

Oil, Towel, Comb, Bowel, Cotton, Apron, Trolley, Steamer, Sower Cap, Big Comb, Tangle Free Comb

सुरक्षा सावधानी (Safety Precautions):

- PPE प्रयोग गर्ने ।
- सामान्य गतिमा मसाज गर्ने ।
- ग्राहकको शरीरमा तेल पर्नबाट जोगाउने ।

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 2:** स्याम्पुयिङ्ग/कण्डिसनिङ्ग (Shampooing/Conditioning) गर्ने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१. ग्राकहलाई स्वागत गर्ने । २. आवश्यक सरसामानहरु तयार गर्ने । ३. ग्राकहको कानमा कटन वा एयर क्याप लगाई घाँटी वरिपरि तौलिया राखी स्याम्पू क्याप (Shampoo Cape) लगाउने । ४. ग्राकह र आफूपनि तयार हुने । ५. ग्राकहको कपालको प्रकार हेरी स्याम्पूको छनोट गरी तयार गर्ने । ६. ग्राकहलाई स्याम्पू वेशिनमा राखी कपाललाई सफा पानीले पखाल्ने । ७. त्यसपछि भिजेको कपालमा स्याम्पू लगाई स्काल्पमा हल्का हल्का औंलाहरुको सहायताले मसाजगर्दै स्याम्पू फैलाउने । ८. स्याम्पू कम्बको सहायताले स्याम्पूलाई सम्पूर्ण रेशामा फैलाई सफा गर्ने । ९. ५।६ मिनेट पछि सफा पानीले राम्ररी स्याम्पू जाने गरी कपाल पखाल्ने । १०. स्याम्पू पखाली सकेपछि कपालको प्रकार अनुसार जरामा नछुने गरि हरेक रेशामा लाग्ने गरि काडेशनर (Conditioner) प्रयोग गर्ने र ५ मिनेटपछि पानीले पखाल्ने । ११. पानी सोस्ने गरी तौलियाले पुछ्ने र तातो चिसो ड्रायर (Dryer) ले कपाललाई सुकाउने । १२. प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने । १३. औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्ने	**दिइएको** : आवश्यक औजार र उपकरण सहितको ब्युटीपार्लर, ग्राकह । **निर्दिष्ट कार्य :** Shampooing/Conditioning गर्ने **मापदण्ड :** • कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । • कपाल सफा नरम र चाम्कलो भएको । • कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको ।	**Shampooing/ Conditioning** • परचय • प्रकार • महत्व । • स्याम्पू प्रयोग गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु • कपालको प्रकार • प्रयोग गर्ने विधिहरु •

औजार, उपकरण र सामग्रीहरु :
Shampoo, Condtioner, Shampoo Basin, Shower, Apron, Bowl, Ear Cap, Cotton, Towel, Shampoo Comb, Shampoo Cape, ।

सुरक्षा र सावधानी :
- PPE प्रयोग गर्ने र कानमा पानी पर्नबाट जोगाउने ।
- फेसमा Shampoo, Conditioner र पानी पर्नबाट जोगाउने र ग्राहकको लुगा भिज्नबाट जोगाउने ।

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 3:** नर्मल हेयर स्पा (Normal Hair Spa) गर्ने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१. ग्राकहलाई स्वागत गर्ने । २. आबश्यक सरसामान र उपकरणहरु संकलन गर्ने । ३. आफू तयार हुने र क्लाइन्टलाई पनि आराम दायिक कुर्सिमा बसाली घाँटी वरिपरि तौलिया राखी केप लगाई दिने । ४. कपालको प्रकार अनुशारको हेयर स्पा तयार गर्ने । ५. सफा कपाललाई विग कम्बले कपालको लट्टा फूटाल्ने र तेलकम्बले सेक्सन गर्दै स्काल्पमा स्पा क्रिम लगाई हल्का मसाज गर्ने । ६. यसरी इयर टु इयर पार्टको कपाललाई पनि पछाडि जस्तै गरी हेयर स्पा लगाई दिने । ७. सम्पूर्ण कपालमा हेयर स्पा लगाई सकेपछि प्लाष्टिक ऱ्यापरले ऱ्याप गरी हिट दिने या १० मिनेटको लागि हेयर स्टिमरमा राखेर स्टिम दिने । ८. निश्चित समय पुगिसकेपछि कपाल सेलाउन दिने र सफा पानीले पखाल्ने । ९. त्यसपछि टवेल ड्राई (Dry) गर्ने । १०. ड्रायर (Dryer) ले कपाल सुकाउने । ११. प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने । १२. औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्ने	**<u>दिइएको :</u>** आवश्यक औजार र उपकरण सहितको ब्युटीपार्लर, ग्राकह। **<u>निर्दिष्ट कार्य :</u>** नर्मल हेयर स्पा (Hair Spa) गर्ने । **<u>मापदण्ड :</u>** ● कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । ● कपाल सफा नरम र चम्कीलो भएको । ● कपाल सफा नरम र चम्कीलो देखिएको । ● समस्या मुक्त कपाल भएको । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको ।	**<u>Normal Hair Spa :</u>** ● परिचय ● प्रकार ● महत्व । ● स्पा गर्ने समयावधि ● स्पा गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु ● स्पा गर्ने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरु :
Hair Spa, Towel, Bowl, Trolley, Section Clip, Section Comb, Application Brush, Gloves, Apron, Shower Cap, Cape

सुरक्षा / सावधानी :
- PPE प्रयोग गर्ने ।
- शरीरमा हेयर स्पा पर्नबाट जोगाउने ।

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 4:** हीना मेहन्दी [Heena Mehandi (Herbal Dye)] लगाउने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१. ग्राहकलाई स्वागत गर्ने । २. निर्मलीकरण गरिएका आवश्यक औजार उपकरणहरु संकलन गर्ने । ३. कपाल अनुसारको हर्बल हेयर डाई तयार गर्ने। ४. आफू तयार हुने र सामग्रीहरु तयार गर्ने । ५. ग्राहकलाई तयार पार्ने र आरामदायी कुर्सिमा राखेर घाँटी वपिरि तौलिया लगाई केप लगाउने। ६. सफा कपाललाई विग कम्बको सहायताले कपालको लट्टा फुकाई हेयरलाइन वरिपरि कोल्डक्रिम वा मोस्चराइजर (Moisturizer) लगाइ दिने । ७. डाइब्रसको सहायताले टाउकोको काउनबाट थोरै थोरै कपाल निकाल्दै स्काल्पबाटै सम्पूर्ण रेशामा लाग्ने गरी तयार पारेको हर्बल डाइ (हेयर मेहन्दी) लगाइ दिने । ८. सोही तरिकाबाट सम्पूर्ण कपालमा हर्बल डाई लगाई दिने । ९. सम्पूर्ण कपालमा हेयर मेहन्दी लगाई सकेपछि सावर क्याप लगाई दिने र कानमा इएर क्याप लगाई दिने । १०. ४५ मिनेट देखि २ घण्टा सम्म हर्बल डाइ राख्ने। ११. समय पुगेपछि मौसम अनुसारको पानीले सफासंग पखाल्ने । १२. Towel Dry गरी Dryer ले सुकाउने । १३. प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने । १४. औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्ने	**दिइएको :** आवश्यक औजार र उपकरण सहितको ब्युटीपार्लर, ग्राहक । **निर्दिष्ट कार्य :** हीना मेहन्दी (Heena Mehandi हर्बल डाइ (Herbal Dye) लगाउने । **मापदण्ड :** ● कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । ● फुलेको कपालको कलर चेन्ज भएको । ● समस्यामुक्त सफा र चम्कीलो कपाल देखिएको । ● मेहन्दी कपालमा नरहने गरी सफासंग पखालिएको । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको।	**Heena Mehandi (Herbal Dye) :** ● परिचय ● प्रकार ● महत्व । ● कपालको प्रकार ● मेहन्दीको मिश्रण ● मेहन्दी लगाउँदा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु ● मेहन्दी लगाउने तरिका ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरु :
Mehandi, Bowl, Apron, Towel, Cotton, Gloves, Dye Brush, Ear Cap, Shower Cap, Shampoo Cape

सुरक्षा र सावधानी :
- Skin तथा कपडामा मेहन्दी लाग्नबाट जोगाउने ।
- PPE प्रयोग गर्ने ।
- कानमा पानी पर्नबाट जोगाउने ।

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 5:** ब्लो ड्राइ सेटिङ्ग (Blow dry setting) गर्ने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१. प्रशिक्षण ग्रहण गर्ने । २. निर्मलीकरण गरिएका औजार, उपकरण तथा आवश्यक सामग्रीहरु संकलन गर्ने । ३. ग्राहकलाई आरामदायी तरिकाले ऐनाको सामुन्ने बसाउने । ४. ग्राहकको घाँटीदेखि तल टावल राखी केप लगाउने । ५. ग्राहकको कपाल कटिङ्गको सेप अनुसार पार्टेशन गर्ने । ६. आवश्यकता अनुसार ग्राहकको कपालमा पानी स्प्रे गर्ने । ७. ग्राहकको कपाल देखी कम्तीमा ६ इन्चको दूरीमा ड्रायर चलाउने । ८. थोरै थोरै कपाल लिदै माथिदेखि तल सम्म सेटिङ्ग ब्रस (Setting Brush) र ड्रायरको सहायताले टुप्पोमा लग्दै रोल गर्ने । ९. माथिको प्रकृया दोहराउँदै पूरै कपालमा सेट गर्ने । १०. पूरै कपाल सेट गरिसके पछि हेयर स्प्रे गर्ने ११. प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने । १२. औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्ने।	**दिइएको:** औजार, उपकरण, सामग्रीहरु सहितको पार्लर, सफा कपाल सहितको ग्राहक **निर्दिष्ट कार्य :** ब्लो ड्राइ सेटिङ्ग गर्ने । **मापदण्ड :** • कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । • कपालको स्टाइल अनुसारको ब्लो ड्राई सेट गरिएको । • हेयर ड्रायर र कपालको दुरी ६ इन्च भन्दा बढी राखिएको । • कार्य सम्पादन अभिलेख राखिएको ।	**Blow Dry :** • परिचय • प्रकार • महत्व • स्टाइल अनुसार कपाल इन र आउट गर्ने तरिका • ब्रसको छनौट गर्ने तरिका • ड्रायरको तापक्रम सेटिङ्ग गर्ने तरिका • Heat Protector परिचय र महत्व । • Setting Brush को परिचय • ब्लो ड्राइ गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु • ब्लो ड्राइ गर्ने विधि

औजार,उपकरण र सामग्रीहरु:
एप्रोन, हेयर ड्रायर, टावल, केप, ज्याक पिन, टेलकम, वाटर स्प्रे, सेटिङ्ग ब्रस, हेयर स्प्रे ।

सुरक्षा/सावधानीहरु:
- PPE प्रयोग गर्ने ।
- हेयर ड्रायरको तापक्रम सही तरिकाबाट मिलाइएको
- ड्रायर चलाउँदा होशियारी अपनाउने ।
- ड्यामेज कपालमा ब्लो ड्राई नगरिएको ।
- आवश्यकता अनुसार हिट प्रोटेक्टर प्रयोग गरिएको ।

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 6:** ब्याक कम्ब (Back Comb) गर्ने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ प्रशिक्षण ग्रहण गर्ने । २ निर्मलीकरण गरिएका औजार, उपकरण तथा आवश्यक सामग्रीहरु संकलन गर्ने । ३ ग्राहकलाई आरामदायी तरिकाले ऐनाको सामुन्ने बसाउने । ४ ग्राहकको घाँटी देखी तल तौलिया राखी केप लगाउने । ५ ग्राहकको फेसको सेप अनुसार पार्टेशन गर्ने ६ कुन एरियाको कपाललाई कति भोलुम देखाउने हो सो यकिन गर्ने । ७ कपालको थोरै थोरै लेयर लिई ब्याक कोमको सहायताले कपालको जरा देखि टुप्पोतिर कोर्दै लट्टा पार्ने । ८ ग्राहक को इच्छा अनुसार कति ठूलो सानो पफ उठाउने हो सोही अनुसार ब्यक कम गर्ने । ९ ब्याक कोम गरेको कपाललाई टाइटसंग पिन अप गर्ने । १० उठेको वा झुर्र परेर निस्केको कपाललाई हेयर जेल अथवा हेयर स्प्रेको सहायताले सेटिङ्ग गरिदिने । ११ प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने । १२ औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्ने	**<u>दिइएको:</u>** औजार, उपकरण, सामग्रीहरु सहितको पार्लर, सफा कपाल सहितको ग्राहक । **<u>निर्दिष्ट कार्य :</u>** Back Comb गर्ने । **<u>मापदण्ड:</u>** ● कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । ● कपालको स्टाइल वा फेसको बनावट अनुसारको ब्याक कोम गरि पफ सेट गरिएको । ● कपालमा Volume देखिएको । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको ।	**<u>Back Comb :</u>** ● परिचय ● प्रकार ● महत्व ● फेस अनुसारको कपालको भोलुम निकाल्ने तरिका ● ब्याक कम्ब हटाउने विधि ● ब्याक कम्ब हटाउने विधिगर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु ● ब्याक कम्ब गर्ने विधि

औजार,उपकरण र सामग्रीहरु:
एप्रोन, टावल, केप, ज्याक पिन, ब्याक कोम, टेलकम, ब्रस, हेयर स्प्रे, हेयर जेल, बब पिन **(Bob Pin)** ।

सुरक्षा/सावधानीहरु:
- PPE प्रयोग गर्ने ।
- ब्याक कोम चलाउँदा छालामा कोतरने वा धाउ हुने समस्याबाट होसियारी अपनाउने ।

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 7:** राउण्ड जुरो (Round knot) बनाउने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१. ग्राहकको स्वागत गर्ने २. निर्मलीकरण गरिएका औजार, उपकरण तथा आवश्यक सामग्रीहरु संकलन गर्ने । ३. ग्राहकलाई आरामदायी कुर्सीमा बसाउने । ४. ग्राहकको घाँटी वरिपरि तौलिया राख्ने । ५. कपाल कोर्ने । ६. पोनी टेल बनाउने । ७. पोनी टेल गरेको कपाललाई ४ भागमा छुट्याउने । ८. यी चार भागलाई एक अर्कामा ब्याक कोम गर्दै रोल गरी जोड्ने । ९. चार भाग लगाई रोल गरेको कपाललाई जोडेर एउटै बनाउने । १०. एक अर्का देखि फरक भएमा फाइन पिनको सहायताले पिन अप गर्ने । ११. जुरो माथिको हेयर नेट निकाली ग्राहकको इच्छा अनुसार हेयर स्प्रे गर्ने । १२. Decoration Pin ले Decoration गर्ने। १३. प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने । १४. औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्ने	**दिइएको:** ब्युटी पार्लर, ग्राहक । **निर्दिष्ट कार्य :** राउण्ड जुरो बनाउने । **मापदण्ड :** ● कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । ● राउण्ड जुरो सेन्टरमा देखिएको ● आवश्यकता अनुसार Hair Spray प्रयोग गरिएको । ● Client Comfortable हुने गरी पोली टेल गरिएको । ● राउण्ड सेपमा जुरो देखिएको । ● कपालसंग च्यापिने गरी पिन गलाइएको । ● जुरो सफा र आकर्षक देखिएको। ● कार्य सम्पादन अभिलेख राखिएको।	**राउण्ड जुरो :** ● परिचय ● महत्व ● जुरोका किसिमहरु ● राउण्ड जुरो बनाउँदा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु ● राउण्ड जुरो बनाउने विधि

औजार,उपकरण र सामग्रीहरु:
एप्रोन, हेयर ड्रायर, टावल, केप, ज्याक पिन, टेलकम, Hair Net, Bob Pin, Fine Pin, Setting Spray, U Pin, Rubber, Decoration Pins

सुरक्षा/सावधानीहरु:
- PPE प्रयोग गर्ने ।
- Bob Pin, U Pin ले Scalp मा घोचिनबाट जोगाउने ।
- अनुहारमा नपर्ने गरी Hair Spray गरिएको ।
- अनुहारमा Hair Spray नपार्ने ।

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 8:** हेयर पार्टिशन/सेक्सन (Hair Partition/Section) गर्ने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ निर्देशन प्राप्त गर्ने । २ निर्मलीकरण गरिएका औजार तथा सामग्रीहरु ट्रली (Trolly) मा तयार गर्ने । ३ कपाललाई स्याम्पू (Shampoo) गर्ने । ४ स्याम्पू (Shampoo) गरेको कपाललाई सेमीड्राइ (Semi dry) गर्ने । ५ कपाललाई पेदल ब्रस/फ्लायत ब्रस (Paddle Brush/Flat Brush) ले ट्यांगल फ्री (Tangle Free) गर्ने । ६ ग्राहकको काँधमा तौलिया र एप्रोन राख्ने । ७ आफूले पनि एप्रोन लगाउने । ८ कटिङ्ग (Cutting) अनुसारको पार्टिशन (Partition) गर्ने । ९ प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने । १० औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्ने	**दिइएको :** सम्पूर्ण आवश्यक सामान उपकरण सहितको पार्लर, ग्राहक । **निदिष्ट कार्य :** Hair Partition/Sectionगर्ने । **मापदण्ड :** • कार्यचरणहरु कमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । • Cutting अनुसारको Partition गरिएको । • कपालको Volume अनुसारको Section गरिएको । • Section Clip को Direction मिलेको । • कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको ।	**Hair Partition/ Section :** • परिचय • प्रकार • महत्व । **Section Clip :** • परिचय • प्रकार • महत्व • प्रयोग विधि । • पार्टिशन गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु • पार्टिशन गर्ने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरु :
Section Clip, Tail Comb, Big Comb, Paddle Brush, Apron, Towel, Dryer, Water Spray Bottle.

सुरक्षा /सावधानी :

- PPE प्रयोग गर्ने ।
- स्याम्पूलाई शरीर र भुँईमा नपार्ने ।

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 9:** स्ट्रेट हेयर कटिङ्ग (Straight Hair Cutting) गर्ने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ निर्देशन प्राप्त गर्ने । २ निर्मलीकरण गरिएका औजार तथा सामग्रीहरु ट्रली (Trolly) मा तयार गर्ने । ३ कपाल ट्याङ्गल फ्री (Tangle free) गर्ने ।	**दिइएको :** सम्पूर्ण आवश्यक सामान उपकरण सहितको पार्लर, कपाल Cutting गर्नु पर्ने ग्राहक ।	**Straight Hair Cutting:** • परिचय • महत्व • आकार

४ कपाललाई चार भागमा पार्टेसन गर्ने । ५ पछाडिको भागबाट स्ट्रेट (Straight) मा भोलुम (Volume) अनुसार सेक्सन कम्ब (Section Comb) को सहायताले सेक्सन (Section) छुट्याउने । ६ कपाललाई वाटर स्प्रे (Water Spray) को सहायताले 80% भिजाउने । ७ नेप एरिया (Nape area) बाट होरिजेन्टल सेक्सन (Horizontal section) गर्ने । ८ बक्स एरिया (Box Area) को कपाललाई O^0 मा ग्राहकको इच्छा अनुसार लम्बाईमा कैचीले काट्ने । ९ काटेको कपाललाई गाइड लाइन (Guide line) अनुसार सम्पूर्ण कपाललाई सेक्सन कटिङ्ग (Section Cutting) गर्ने । १० यस्तै गरी क्राउन एरिया (Crown area) सम्मको कपाल वनलेन्थ (One length) मा काट्ने । ११ कान भन्दा अगाडीको कपाल पछाडीको गाइड लाइन (Guide line) अनुसार ग्राहकको काँधको साइडमा बसेर कटिङ्ग (Cutting) गर्ने । १२ सबै कपाल काटी सकेपछि क्रस चेक (Cross check) गर्ने । १३ कटिङ्ग (Cutting) अनुसारको ब्लो ड्राइ सेटिङ्ग (Blow Dry Setting) गर्ने । १४ ग्राहकलाई ब्याक मिरर (Back Mirror) देखाएर सन्तुष्ट बनाउने । १५ फिडब्याक (Feedback) लिने र दिने । १६ प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने । १७ औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्ने	**निदिष्ट कार्य :** स्ट्रेट हेयर कटिङ्ग (Straight Hair cutting) गर्ने । **मापदण्ड :** • कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । • कपाल लामो छोटो नभई सबै कपालको लेन्थ स्ट्रेट बराबर (Length straight equal) भएको । • कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन गरिएको ।	**Grip Holding :** • परिचय • महत्व • Hair Partition • कैंची (Scissors) चलाउने तरिका । • स्ट्रेट हेयर कटिङ्ग गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु • स्ट्रेट हेयर कटिङ्ग गर्ने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरु :

Scissor, Cutting comb, Water spray, cape, apron, section clip, dryer

सुरक्षा /सावधानी :

- PPE प्रयोग गर्ने ।
- Sterlized tools मात्र प्रयोमा ल्याउने ।
- Scissor चलाउंदा सावधानी अपाउने ।
- छाला काटेको अवस्थामा प्राथमिक उपचार गर्ने ।

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 10:** यू सेप हेयर कटिङ्ग (U Shape Hair Cutting) गर्ने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ ग्राहकलाई स्वागत गर्ने । २ निर्देशन प्राप्त गर्ने । ३ निर्मलीकरण गरिएका औजार तथा सामग्रीहरु तयार पार्ने । ४ ग्राहकको कपाल स्याम्पू (Shampoo) गर्ने। ५ ग्राहकलाई कटिङ्ग चेयरमा बसाल्ने र केप (Cape) लगाई तयार पार्ने । ६ आफुपनि एप्रोन लगाइ तयार हुने । ७ ग्राहकको कपालको टेक्स्चर अवलोकन गर्ने ८ तेलकम्ब (Tail Comb) को सहायताले कपाललाई चार भाग गर्ने । ९ सेक्सन क्लिपको सहायताले लक (Lock) गर्ने । १० पछाडीको भागबाट कपालको भोलुम (Volume) हेरेर यू सेपमा (U Shape) सेक्सन (Section) निकाल्ने । ११ पहिलो नेप एरिया (Neap Area) बाट ग्राहकको इच्छा अनुसारको लम्बाईमा O^0 मा गाइड लाइन (Guideline) बनाउने । १२ सोही गाइड लाइन (Guideline) अनुसार दांया र बायाको पार्ट (Part) को कपाललाई यू सेप (U Shape) अनुसार औंला छड्काई सिजर (Scissor) को पोजिसन (Position) पनि मिलाई O^0 मा कटिङ्ग (Cutting) गर्ने । १३ सोही गाइड लाइन (Guideline) अनुसार दोस्रो र तेस्रो गरी सेक्सन (Section) निकाल्दै सम्पूर्ण कपाललाई सो तरिकाले कटिङ्ग (Cutting) गर्ने । १४ यसरी इयर टु इयर (Ear to ear) को पार्ट (Part) लाई पनि पछाडीबाट गाइड लाइन (Guideline) लिई कुमनिर O^0 मा ल्याई सोही अनुसार यू सेप (U Shape) आउने गरी कटिङ्ग (Cutting) गर्ने ।	**दिइएको :** सम्पूर्ण आवश्यक सामान उपकरण सहितको पार्लर, ग्राहक । **निर्दिष्ट कार्य :** यू सेप हेयर कटिङ्ग (U Shape Hair Cutting) गर्ने । **मापदण्ड :** • कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । • Cutting गरिएको कपाल U Shape मा देखिएको । • कपाल लामो छोटो नभएको । • कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको ।	**U Shape Cutting :** • परिचय • महत्व • आकार **Grip Holding :** • परिचय • महत्व • Hair Partition • Scissor चलाउने तरिका • यू सेप हेयर कटिङ्ग (U Shape Hair Cutting) गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु • यू सेप हेयर कटिङ्ग (U Shape Hair Cutting) गर्ने विधि

१५ कटिङ्ग (Cutting) सकिसके पछि ग्राहकलाई निहुरिन लगाई राउण्ड (Round Check) गर्ने र लामो छोटो भएको कपाललाई कटिङ्ग (Cutting) गरी मिलाउने । १६ ब्लो ड्राइ (Blow Dry) गरी पठाउने । १७ प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने । १८ औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्ने		

औजार, उपकरण र सामग्रीहरु :
Tail comb, big comb, jack-pin, apron, cape, trally, dryer, scissors ।

सुरक्षा र सावधानी :
- PPE प्रयोग गर्ने ।
- सम्पूर्ण सामाग्रीहरु किटाणु रहित हुनु पर्ने ।
- Cutting गर्दा Scissors ले घाउ नलागोस भनी होसियारी अपनाउने ।
- कार्यस्थल तथा व्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान दिने ।

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 11:** भी सेप हेयर कटिङ्ग (V Shape Hair Cutting) गर्ने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ निर्देशन प्राप्त गर्ने । २ ग्राहकलाई स्वागत गर्ने । ३ सम्पूर्ण औजार तथा सामग्रीहरु तयार पार्ने । ४ ग्राहकको कपाल स्याम्पू (Shampoo) गर्ने । ५ ग्राहकलाई कटिङ्ग चेयर (Cutting Chair) मा बसाल्ने र केप (Cape) लगाई तयार पार्ने । ६ आफूपनि एप्रोन लगाई तयार हुने । ७ ग्राहकको कपालको टेक्स्चर अवलोकन गर्ने । ८ तेलकम्ब (Tail Comb) को सहायताले कपाललाई चार भाग गर्ने । ९ सेक्सन क्लिपको सहायताले लक (Lock) गर्ने।	**दिइएको :** सम्पूर्ण आवश्यक सामान उपकरण सहितको पार्लर, ग्राहक । **निर्दिष्ट कार्य :** भी सेप हेयर कटिङ्ग (V Shape Hair Cutting) गर्ने । **मापदण्ड :** • कार्यचरणहरु कमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । • Cutting गरेको कपाल V Shape मा प्रष्ट देखिएको । • कपाल लामो छोटो नभएको । • कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको ।	**V Shape Cutting :** • परिचय • महत्व • आकार • भी सेप (V Shape) कटिङ्ग गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु • भी सेप (V Shape) कटिङ्ग गर्ने विधि

१० पछाडिको पार्ट (Part) बाट कपालको भोलुम (Volume) हेरेर भी सेप (V Shape) मा लेयर (Layer) निकाल्ने ११ पहिला नेप एरिया (Neap Area) बाट ग्राहकको इच्छा अनुसारको लम्बाईमा O^0 मा गाइड लाइन (Guideline) बनाउने । १२ सोही गाइड लाइन (Guideline) अनुसार दांया र बाया पार्टको कपाललाई भी सेप (V Shape) अनुसार औला छड्काई सिजर (Scissor) को पोजिसन (Position) पनि मिलाई O^0 मा कटिङ्ग (Cutting) गर्ने । १३ सोही गाइड लाइन (Guideline) अनुसार दोस्रो र तेस्रो गरी सेक्सन (Section) निकाल्दै सम्पूर्ण कपाललाई सो तरिकाले कटिङ्ग (Cutting) गर्ने । १४ यसरी इयर टु इयर (Ear to ear) को पार्ट (Part) लाई पनि पछाडीबाट गाइड लाइन (Guideline) लिई कुमनिर O^0 मा ल्याई सोही अनुसार भी सेप (V Shape) आउने गरी कटिङ्ग (Cutting) गर्ने । १५ कटिङ्ग (Cutting) सकेपछि ग्राहकलाई निहुरिन लगाई राउण्ड चेक (Round Check) गर्ने र लामो छोटो भएको कपाललाई कटिङ्ग (Cutting) गरी मिलाउने । १६ ब्लो ड्राइ (Blow Dry) गरी पठाउने । १७ प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने । १८ औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्ने		

औजार, उपकरण र सामग्रीहरु :

Tail comb, big comb, Cutting Comb, jack-pin, apron, cape, trolly, Hair dryer, scissors, Shampoo, Towel, Shampoo Comb, Shower apron।

सुरक्षा र सावधानी :

- PPE प्रयोग गर्ने ।
- Hygiene Maintain गर्नु पर्ने ।
- सम्पूर्ण सामग्रीहरु किटाणु रहित पार्ने ।
- Cutting गर्दा Scissors ले घाउ नलागोस भनेर होसियारी अपनाउने ।
- कार्यस्थल तथा व्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान दिने ।

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 12:** स्टेप हेयर कटिङ्ग (Step Hair Cutting) गर्ने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१ निर्देशन प्राप्त गर्ने । २ ग्राहकलाई स्वागत गर्ने । ३ निर्मलीकरण गरिएका औजार तथा सामग्रीहरु ट्रली (Trolly) मा तयार गर्ने । ४ ग्राहकलाई कटिङ्ग चेयर (Cutting Chair) मा बसाल्ने । ५ ग्राहकलाई एप्रोन लगाउने । ६ ग्राहकको कपालको टेक्चर अवलोकन गर्ने । ७ पार्टिसन (Partition) गरेको कपाललाईपछाडी को भागबाट फस्टसेक्सन(1st Section) छुट्याउने र बक्स एरिया (Box Area) निकाली जिरो स्ट्रेट (O^0 straight) मा ग्राहकको इच्छा अनुसार लेन्थ (Lenth) मा कटिङ्ग (Cutting) गर्ने । ८ साइड साइड (Side Side) को कपाललाई ग्राहकको इच्छा अनुसार O^0 मा U,V वा Straight मा Cutting गरी सेप (Shape) दिने। ९ सेकेण्ड सेक्सन (2nd Section) लाई 30^0 मा उठाई भर्टिकल (Vertical) मा समाई कटिङ्ग (Cutting) गर्ने । १० थर्ड सेक्सन (3rd Section) निकाली 60^0 मा उठाई भर्टिकल (Vertical) मा समाई कटिङ्ग (Cutting) गर्ने । ११ फोर्थ सेक्सन (4rth Section) लाई 90^0 मा उठाई कटिङ्ग (Cutting) गर्ने । १२ ग्राहकको कपाललाई कटिङ्ग (Cutting) अनुसार ड्रायर (Dryer) ले सेट गर्ने । १३ प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने । १४ औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्ने	**दिइएको :** सम्पूर्ण आवश्यक सामान उपकरण सहितको पार्लर, कपाल cutting गर्नु पर्ने ग्राहक । **निदिष्ट कार्य :** स्टेप हेयर कटिङ्ग (Step Hair Cutting) गर्ने । **मापदण्ड :** • कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । • कपालमा Step हरु प्रष्ट देखिएको । • कपलामा भोलुम (Volume) देखिएको । • कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको ।	**Step Hair Cutting :** • परिचय • महव • Cutting को डिग्री **Hair Section :** • परिचय • महत्व • स्टेप हेयर कटिङ्ग (Step Hair Cutting) गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु • टेप हेयर कटिङ्ग (Step Hair Cutting) गर्ने विधि

औजार, उपकरण र सामग्रीहरु :

Tail comb, big comb,jack-pin, apron, cape, trolly, dryer scissor।

सुरक्षा र सावधानी :

- PPE प्रयोग गर्ने ।
- Scissors ले Client को skin मा काट्न सक्ने हुने सावधानी अपनाउने ।
- कार्यस्थल तथा ब्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान दिने ।

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 13:** वाक्सिङ्ग (Waxing) गर्ने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१. निर्देशन प्राप्त गर्ने । २. आवश्यक औजार सामग्री संकलन गर्ने । ३. वाक्स (Wax) गर्ने एरिया निर्धारण गर्ने । ४. वाक्स (Wax) गर्ने एरिया सफा गर्ने । ५. Wax गर्ने एरियामा टेलकम पाउडर लगाउने । ६. वाक्स (Wax) लाई वाक्स (Wax) हिटरमा तताउने । ७. तताएको वाक्स (Wax) को तापमान जाँच गर्ने। ८. स्पाचुला (Spatula) को सहायताले वाक्स (Wax) लाई निर्धारित एरियामा रौं फर्केको दिशातिर लगाउने । ९. वाक्स स्ट्रिप (Wax Strip) टाँस्ने र रब (Rub) गर्ने । १०. वाक्स (Wax) गर्ने छालालाई कसिलो हुने गरी होल्ड (Hold) गर्ने । ११. वाक्स स्ट्रिप(Wax Strip) लाइ विपरीत दिशातिर तान्ने १२. छुटेको रौंलाई थ्रेड (Thread) वा ट्विजर (Tweezer) ले निकाल्ने । १३. वाक्स (Wax) गरेको एरियालाई तेल (Oil) वा पानी वा वाक्स रिमुभिङ्ग लोसन (Wax Removing Lotion) ले सफा गर्ने । १४. वाक्स (Wax) गरेको एरियामा शुटिङ्ग लोसन (Shooting Lotion) वा आस्ट्रिजेन्ट लोसन (Astringent Lotion) लगाउने । १५. प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने । १६. औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्ने ।	**दिइएको :** आवश्यक औजार उपकरण र सामग्री सहितको ब्युटिपार्लर, उचित प्रकाशको व्यवस्था भएको कोठा, ग्राहक । **निर्दिष्ट कार्य :** वाक्सिङ्ग (Waxing) गर्ने । **मापदण्ड:** • कार्यचरणहरु कमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । • वाक्स (Wax) गरेको स्थानमा कुनै रौं नछुटेको । • Wax गरेको स्थानमा धेरै Redness र Rashes नभएको । • वाक्स (Wax) गरेको स्थानमा नपोलेको । • कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको ।	**Waxing :** • परिचय • प्रकार • महत्व • छालामा हुने Contra-indication • वाक्सिङ्ग गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु • वाक्सिङ्ग गर्ने विधि **टेलकम पाउडर** • परिचय • कार्य

औजार, उपकरण र सामग्रीहरु :

Wax Strip, Wax Heater, Spatula, Wax Cream, Talcum Powder, Soothing Lotion/Moisturiser, Astringent Lotion, Cotton, Towel, Threading Thread, Gloves, Mask, Antiseptic Lotion, Disposable bed sheet

सुरक्षा / सावधानी:

- PPE प्रयोग गर्ने ।
- धारिलो औजार चलाउँदा चोटपटक लाग्नबाट जोगिने ।
- कार्यस्थल तथा व्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान दिने ।

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 14:** थ्रेडिङ्ग (Threading) गर्ने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	**अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)**	**सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)**
१. निर्देशन प्राप्त गर्ने २. निर्मलीकरण गरिएका आवश्यक सामग्री संकलन गर्ने । ३. ग्राहकलाई आरामसंग कुर्सी या वेडमा बसाउने ४. गलामा टावेल राखिदिने । ५. ग्राहकलाई छुनु भन्दा पहिले हातमा स्यानिटाइजर लगाउने ६. अनुहार अथवा आइब्रोको आकार check गर्ने । ७. आइब्रोमा पाउडर लगाउने र दायाँ साइडबाट सुरु गर्ने । ८. ग्राहकलाई आइब्रो तान्न लगाउने । ९. छुटेको रौंहरुलाई ट्विजर (Twizer) को सहायताले निकाल्ने र लामो भएको रौंहरुलाई आइब्रो सिजर (Eyebrow Scissors) ले काटेर मिलाउने । १०. थ्रेडिङ्ग (Threading) गरेको रौंहरुलाई ब्रसको सहायताले सफा गर्ने । ११. थ्रेडिङ्ग गरिसकेपछि ग्राहकलाई ऐना देखाएर रौं छुट्या अथवा आकार मिल नमिलेको check गर्ने । १२. गुलावजल अथवा सुठिङ्ग क्रिम (Soothing cream) लगाउने १३. ग्राहक संग पृष्ठपोषण (Feedback) लिने । १४. प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने। १५. औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्ने	**दिइएको :** आवश्यक औजार रउपकरण सहितको ब्युटीपार्लर, ग्राहक । **निर्दिष्ट कार्य :** थ्रेडिङ्ग (Threading) गर्ने । **मापदण्ड :** ● कार्यचरणहरु कमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । ● आइब्रो (Eyebrow) को सेप मिलेको । ● रौ नछुटेको । ● घाउ नभएको । ● अनुहार सफा भएको । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको ।	**Threading :** ● परिचय ● प्रकार ● महत्व । **Eye brow Shape :** ● परिचय ● आकार ● प्रकार ● थ्रेडिङ्ग (Threading) गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु ● थ्रेडिङ्ग (Threading) गर्ने विधि

औजार उपकरण र सामग्रीहरु :

Threading धागो, Scissors, पाउडर, टावेल, Tissue papers, ऐना, ब्रस, soothing cream, rose water, सानिटाइजर, cotton

सुरक्षा / सावधानी:

- PPE प्रयोग गर्ने र औजारहरु सावधानी पूर्वक प्रयोग गर्ने ।
- Threading गर्दा ब्लड आएको अवस्थामा प्राथमिक उपचार गर्ने ।
- कार्यस्थल तथा ब्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान दिने ।

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 15:** ट्विजिङ्ग/प्लकिङ्ग (Tweezing /plucking) गर्ने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	**अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)**	**सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)**
१ प्रशिक्षण ग्रहण गर्ने । २ ग्राहकको स्वागत गर्ने । ३ निर्मलीकरण गरेको औजार उपकरण र सामग्रीहरु सहितको ट्रली सेट (Trolly set) गर्ने । ४ आँखिभौको परिक्षण गर्ने । ५ हायण्ड स्यानिटाइज (Hand sanitize) गर्ने । ६ ग्राहकलाई ट्विजिङ्ग (Tweezing) को लागि पूर्व तयारी (drape) गर्ने । ७ आँखीभौको मेकअप रिमुभ (Makeup remove) गर्ने ८ हेयर ग्रोथ (Hair growth) को दिशा check गर्ने । ९ आईब्रोमा टेलकम पाउडर (Talcum powder) लगाउने । १० आईब्रोलाई तल र माथि टाईट गरेर समात्ने । ११ ट्विजर (Tweezer) को सहायताले ग्रोथ दिरेक्सन (Growth Direction) मा विस्तारै तान्ने । १२ दुईटै आइब्रो (Eye Brow) को आकार एकनाश हुने गरि ट्विजिङ्ग (Tweezing) गर्ने। १३ कटनले आईब्रो सफा गरी सुथिङ्ग क्रिम, रोज वाटर (Soothing cream, rose water) लगाउने १४ ग्राहकको पृष्ठपोषण (Feedback) लिने । १५ प्रयोग गरेका उपकरण औजारहरु सफा र निर्मलीकरण गरेर यथावत स्थानमा भण्डारण गर्ने १६ प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने । १७ औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्ने ।	**<u>दिइएको :</u>** आवश्यक औजार उपकरण सहित को ब्युटीपार्लर, छालाजन्य समस्या नभएको ग्राहक। **<u>निर्दिष्ट कार्य :</u>** ट्विजिङ्ग (Tweezing) गर्ने । **<u>मापदण्ड :</u>** • कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । • Face अनुसार आईब्रोको आकार आकर्षक देखिएको । • Rashes नआएको • Tweezer ले छाला नकाटिएको • कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको ।	**<u>Twizing/plucking</u>** • परिचय • प्रकार • महत्व • विधि • छालामा हुने Contra-indication **<u>Hair growth</u>** • परिचय • दिशा • ट्विजिङ्ग (Tweezing) गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु • ट्विजिङ्ग (Tweezing) गर्ने विधि

औजार उपकरण र सामग्रीहरु :
Talcum powder, कटन, टीश्यु, Tweezer, Soothing cream, Rose water, Antiseptic lotion, Eyebrow Scissors, हेयर ब्याण्ड, तौलिया ।

सुरक्षा र सावधानी: :

- PPE प्रयोग गर्ने ।
- Tweezer ले Skin काटिनेबाट जोगाउने ।
- औजारहरु सावधानी पूर्वक प्रयोग गर्ने ।
- कार्यस्थल तथा ब्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान दिने ।

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 16:** रेजर (Razor) गर्ने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	**अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)**	**सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)**
१ प्रशिक्षण ग्रहण गर्ने । २ ग्राहकको स्वागत गर्ने । ३ छालाको अवलोकन गर्ने । ४ निर्मलीकरण गरिएका औजार उपकरण र सामग्रीहरु सहितको ट्ली (Trolly) सेट गर्ने। ५ हायण्ड स्यानिटाइज (Hand sanitize) गर्ने । ६ ग्राहकलाई रेजर (Razor) को लागि पूर्व तयारी (drape) गर्ने । ७ हेयर ग्रोथ (Hair growth) को दिशा check गर्ने ८ रेजर (Razor) गर्ने ठाउँमा मोइस्ट (Moist) गर्ने । ९ छालालाई तल र माथि टाईट गरेर समात्ने । १० रेजर (Razor) को सहायताले हेयर ग्रोथ (Hair growth) को दिशा अनुसार विस्तारै रेजर (Razor) गर्ने । ११ डस्टिङ्ग (Dusting) ब्रसले सफा गरेर सुथिङ्ग क्रिम, रोज वाटर (Soothing cream, rose water) लगाउने । १२ ग्राहकको पृष्ठपोषण (Feedback) लिने । १३ प्रयोग गरेका उपकरण औजारहरु सफा र निर्मलीकरण गरेर यथावत स्थानमा भण्डारण गर्ने।	**<u>दिइएको :</u>** आवश्यक औजार उपकरण सहित को ब्युटीपार्लर, छालाजन्य समस्या नभएको ग्राहक। **<u>निर्दिष्ट कार्य :</u>** रेजर (Razor) गर्ने । **<u>मापदण्ड :</u>** • कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । • Skin सफा र आकर्षक देखिएको । • रौंहरु बाकि नभएको । • Razor ले छाला नकाटिएको • कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको ।	**<u>Razoring :</u>** • परिचया • महत्व • प्रयोग • छालामा हुने Contra-indication • रेजर (Razor) गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु • रेजर (Razor) गर्ने विधि

औजार उपकरण र सामग्रीहरु :
Talcum powder, कटन, टीश्यु, Disposable Razor, soothing cream, rose water, antiseptic lotion, आईब्रो सिजर, हेयर ब्याण्ड, तावल

सुरक्षा /सावधानी:

- PPE प्रयोग गर्ने ।
- Razor ले घाउ भएर ब्लिडिङ्ग भएको अवस्थामा प्राथमिक उपचार गर्ने ।
- धारिला औजारचलाउँदा चोटपटक लागबाट जोगिने ।
- हरेक पटक प्रत्येक Client लाई नयाँ Disposable Razor Blade प्रयोग गर्ने ।
- कार्यस्थल तथा ब्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान दिने ।

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 17:** फेस क्लिन्जिङ्ग (Face cleansing) गर्ने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१. ग्राह को स्वागत गर्ने २. निर्मलीकरण गरिएका आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरुको संकलन गर्ने । ३. ग्राहकलाई आरामदायी कुर्सीमा राख्ने । ४. ग्राहकको घाँटीको वरिपरि तौलिया राख्ने । ५. मेकअप रिमुभ (Remove) गर्ने । ६. ग्राहकको स्किनको टाइप (Type) अनुसार क्लिन्जिङ्ग (Cleansing) लगाई ३-५ मिनेट सम्म क्लिन्जिङ्ग (Cleansing) गर्ने । ७. क्लिन्जिङ्ग सफा संग पुछने । ८. टोनर लगाउने । ९. छालाको प्रकार अनुसार मोइस्चराइजर क्रिम लगाउने । १०. सनब्लक (Sunblock) क्रिमको प्रयोग गर्ने । ११. प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने । १२. औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्ने	**अवस्था:** ब्युटी पार्लर, ग्राहक । **निर्दिष्ट कार्य :** फेस क्लिन्जिङ्ग (Face cleansing) गर्ने । **मापदण्ड :** ● कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । ● सफा, चिल्लो र चमकयुक्त छाला देखिएको । ● क्लिन्जिङ्ग (Cleansing) सफा गरिएको । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको ।	**Face Cleansing :** ● परिचय ● प्रकार ● महत्व ● छालाको किसिम ● मुहार सफा गर्ने विधि ● विभिन्न सन ब्लक क्रिम (Sun block cream) हरु ● फेस क्लिन्जिङ्ग (Face cleansing) गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु

औजार, उपकरण र सामग्रीहरु :
क्लिन्जिङ मिल्क, फेसियल बेन्ड, तौलिया, बाउल (Bowl), कटन (Cotton), मोइस्चराइजिङ्ग क्रिम (Moisturinzing cream), सनस्क्रिम (Sun scream), टोनर (Toner), रोज वाटर (Rose water)

सुरक्षा र सावधानी: :

- PPE प्रयोग गर्ने ।
- Cream हरु आँखामा पर्न बाट जोगाउने ।
- Razar ले घाउ भएर ब्लिडिङ्ग भएको अवस्थामा प्राथमिक उपचार गर्ने ।
- कार्यस्थल तथा ब्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान दिने ।

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 18:** डिप फेस क्लिन्जिङ्ग (Deep face cleansing) गर्ने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१. ग्राह को स्वागत गर्ने । २. निर्मलीकरण गरिएका आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरु संकलन गर्ने । ३. ग्राहकलाई आरामदायी कुर्चीमा राख्ने । ४. ग्राहकको घाँटीको वरिपरि तौलिया राख्ने । ५. आफ्नो हातमा हायण्ड स्यानिटाइजर (Hand Sanitizer) लगाउने । ६. मेकअप रिमुभ (Remove) गर्ने । ७. ग्राहकको स्किनको Type अनुसार क्लिन्जिङ्ग (Cleansing) लगाई ३-५ मिनेट सम्म क्लिन्जिङ्ग (Cleansing) गर्ने । ८. क्लिन्जिङ्ग सफा संग पुछने । ९. छालाको किसिम अनुसार पूरै अनुहारमा स्क्रब लगाउने । १०. फेसमा स्क्रब लगाई ३ देखि ५ मिनेट छोड्ने त्यस पछि हल्का फिजाइ फिगंर टिप्सले २ मिनेट सर्कुलर मुमेन्ट गर्दै स्टीम (Steam) दिने । ११. स्क्रबलाई सफासंग पुछने । १२. कम्बोदन (Combodan) को सहायताले ब्लायक हेड्स र ह्वाइट हेड्स (Balck heads and white heads) निकाल्ने । १३. कोल्ड कम्प्रेशन (Cold compression) दिने । १४. स्किन टाइप (Skin Type) अनुसार टोनर लगाउने	<u>**अवस्था:**</u> ब्युटी पार्लर, ग्राहक । <u>**निर्दिष्ट कार्य :**</u> दीप फेस क्लिन्जिङ्ग (Deep face cleansing) गर्ने । <u>**मापदण्ड :**</u> • कार्यचरणहरु कमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । • सफा, चिल्लो र चमकयुक्त छाला देखिएको । • डेथ सेल, ब्याल्क हेड्स र ह्वाइट हेड्सहरु हटेको । • Scrub फिा गरिएको । • कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको ।	<u>**Face Deep Cleansing**</u> • परिचय • महत्व • प्रकार <u>**Steamimg :**</u> • परिचय • महत्व • विधि <u>**Scrubing र Packing**</u> • परिचय • महत्व • विधि • छालाको किसिम • मुहार सफा गर्ने विधि • दीप फेस क्लिन्जिङ्ग (Deep face cleansing) गर्दा ध्यन दिनु पर्ने कुराहरु • दीप फेस क्लिन्जिङ्ग (Deep face cleansing) गर्ने विधि

१५. छाला अनुसार फेस पायक र आँखामा आई पायक/पायद लगाउने । १६. पायक (Pack) लाई १०/१५ मिनेट वा हल्का सुकेपछि पुछ्ने । १७. कभरिङ्ग क्रिम (Covering cream) लगाउने। १८. ग्राहकसंग पृष्ठपोषण (Feedback) लिने दिने। १९. प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने । २०. औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्ने		• Sun Block को परिचय तथा महत्व • Combodan Pin को परिचय तथा महत्व

औजार, उपकरण र सामग्रीहरु :
क्लिन्जिङ मिल्क, स्क्रब, कमोडन, स्टिमर, फेसियल बेड, मोइस्चराइजिङ्ग क्रिम, सनस्क्रिन, टोनर, रोज वाटर, Bowl, Towel, Cotton, Combodan, Steamer, Pack Brush, Face Pack, Eye Pack/Pad, Covering Cream, Facial Puff

सुरक्षा / सावधानी: :

- PPE प्रयोग गर्ने ।
- स्क्रब, टोनर र प्याक आखांको वरिपरि नपर्ने गरी सावधानी पुर्वक गरिएको ।
- कार्यस्थल तथा व्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान दिने ।

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 19:** नर्मल मेनिक्योर (Normal Manicure) गर्ने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	**अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)**	**सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)**
१. प्रशिक्षण ग्रहण गर्ने । २. निर्मलीकरण गरिएका आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरु संकलन गर्ने । ३. ग्राहकसंग कन्सल्टेशन (Consultation) गर्ने ४. ट्रली (Trolly) मा मेनिक्योर सेट (Manicure set) तयार पार्ने । ५. ग्राहकलाई मेनिक्योर चेयर (Manicure chair) मा बसाउने । ६. निर्मलीकरण गरिएका आप्रोन र तौलिया तयार पार्ने ।	**<u>दिइएको :</u>** आवश्यक औजार र उपकरण सहितको ब्युटीपार्लर, स्वस्थ र निरोगी हात सहितको ग्राहक । **<u>निर्दिष्ट कार्य :</u>** नर्मल मेनिक्योर (Normal Manicure) गर्ने ।	**<u>Manicure :</u>** • परिचय • महत्व • प्रकार • स्याम्पू • Manicure tools पहिचान • हातको मांसपेशी र हड्डीको अवस्थाको चित्रण

७. हायण्ड स्यानिटाइज (Hand Sanitise) गर्ने। ८. ग्राहकको छालाको अवलोकन गर्ने । ९. कटन वा टीस्युमा नेल पोलिस रिमुभर (Nail Polish Remover) राखेर नङमा भएको पुरानो polish पुछेर हटाउने । १०. हात पुछेर ग्राहकको ईच्छा अनुसार हातलाई सुहाउँदो नङको आकार दिने । ११. मौसम अनुसार पानीको मिश्रणमा (Manicure shampoo, hydrogen paroxside + dettol) हातलाई ५ देखि १० मिनेट सम्म डुबाएर राख्ने । १२. यदि क्युटिकल (Cuticle) धेरै ड्राइ (Dry) छ भने क्युटिकल सफ्टेनर (Cuticle Softener) लगाएर पानीमा डुबाउने । १३. नेल ब्रस (Nail brush) को सहायताले नङलाई सफा गर्ने । १४. नङमा क्युटिकल सफ्टेनर (Cuticle Softener) लगाई क्युटिकल पुसर (Cuticle pusher), क्युटिकल कटर (Cuticle cutter) र क्युटिकल निपर (Cuticle nipper) को सहायताले क्युटिकल ट्रीम (Cuticle Trim) गर्ने । १५. ओरेन्ज स्टीक (Orange stick) मा कटन राखेर फ्री एज्ड (Free aged) को भित्री भाग सफा गर्ने । १६. हातलाई सफा पानीले सफा गर्ने । १७. नङको वरिपरि क्युटिकल आयल (Cuticle oil) लगाएर मसाज गर्ने । १८. मसाज क्रीमले हातमा मसाज गर्ने । १९. मसाज क्रीम पुछेर नङलाई बफर (Buffer) गर्ने । २०. हातमा हायण्ड लोसन (Hand lotion) लगाउने । २१. ग्राहकको ईच्छा अनुसार नङ्गमा बेस कोट, नेल पोलिस, टप कोट (Base coat, nail polish र top coat) लगाउने । २२. ग्राहकसंग पृष्ठपोषण (Feedback) लिने २३. ग्रको पृष्ठपोषण लिने । २४. प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने । २५. औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्नें	**मापदण्ड :** • कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । • ड्राइ क्युटिकल (Dry cuticle) हटेको । • नङ समतल र सफा भएको । • देड सेल (Dead cell) हटेको । • नङ Shape मा एको । • हात सफा र आकर्षक देखिएको । • कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको ।	• क्युटिकल आयलको काम • नंङको सामान्य रोगहरु • हाइड्रोजन पेरोक्साइडको काम • नर्मल मेनिक्योर गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु • नर्मल मेनिक्योर गर्ने विधि

औजार उपकरण र सामग्रीहरु :

Manicure chair, Manicure table hand sanitizer, nail brush, cotton, Emery board, finger bowl, buffer, nail polish, Nail Polish Remover, base coat, top coat, Dettol, Hydrogen Peroxside, Manicure Shampoo, Manicure Set, Critical Softner

सुरक्षा / सावधानी:

- PPE प्रयोग गर्ने ।
- Nail trim गर्दा मासु काट्नबाट होसियारी पानाउने ।
- Cuticle cutter जस्ता धारिला औजारहरु सावधानी पूर्वक प्रयोग गर्ने ।
- Cuticle लाई धेरै बल पूर्वक push back नगर्ने ।
- हातमा पञ्जा लगाएर काम गर्ने ।
- छाला काटेर रगत आएको अवस्थामा प्राथमिक उपचार गर्ने ।
- कार्यस्थल तथा ब्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान दिने ।

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 20:** नर्मल मेनिक्योर (Normal Manicure) गर्ने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	**अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)**	**सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)**
१. प्रशिक्षण ग्रहण गर्ने । २. निर्मलीकरण गरिएका आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरु संकलन गर्ने । ३. ग्राहकसंग कन्सल्टेशन (Consultation) गर्ने । ४. ट्रली (Trolly) मा पेडिक्योर सेट (Pedicure set) तयार पार्ने । ५. ग्राहकलाई सजिलो गरि पेडिक्योर चेयर (Pedicure chair) मा बसाउने । ६. निर्मलीकरण गरिएका Apron र Towel तयार पार्ने । ७. हायण्ड स्यानिटाइज (Hand Sanitise) गर्ने। ८. ग्राहकको छालाको अवलोकन गर्ने । ९. हातमा पंजा लगाउने । १०. ग्राहकको खुट्टा स्यानिटाइज (Sanitise) गर्ने ११. कटन वा टीस्युमा नेल पोलिस रिमुभर (Nail Polish Remover) राखेर खुट्टाको नङमा भएको पुरानो polish पुछेर हटाउने। १२. पानीको मिश्रण पेडिक्योर स्याम्पू, हाइड्रोजन पेरोक्साइड एण्ड डेटोल (Pedicure	**दिइएको:** आवश्यक औजार र उपकरण सहितको ब्युटीपार्लर, स्वस्थ र निरोगी हात सहितको ग्राहक । **निर्दिष्ट कार्य :** नर्मल पेडिक्योर (Normal Pedicure) गर्ने । **मापदण्ड :** • कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । • Dry cuticle हटेको ।	**Pedicure :** • परिचय • महत्व • प्रकार • बफरको पचिय • Dead cell को पहिचान • Pedicure set • खुट्टाको मांसपेशी र हड्डीको अवस्थाको चित्रण । • क्युटिकल आयलको काम • नंङको सामान्य रोगहरु • हाइड्रोजन पेरोक्साइडको काम

shampoo, hydrogen paraoxside and dettol) मा खुट्टालाई ५ देखि १० मिनेट सम्म डुबाएर राख्ने । १३. यदि क्युटिकल (Cuticle) धेरै ड्राइ (Dry) छ भने क्युटिकल सफ्टेनर (Cuticle softener) लगाएर पानीमा डुबाउने । १४. खुट्टा पुछेर ग्रहकका ईच्छा अनुसार खुट्टालाई सुहाउँदो नङको आकार दिने । १५. नेल ब्रस (Nail brush) को सहायताले नङलाई सफा गर्ने । १६. खुट्टाको कुर्कुच्चामा भएका देड सेल (Dead cell) हरु फूट फाइल (Foot file) र फूट रास्प (Foot rasp) को सहायताले हटाउने । १७. प्युमिक स्टोन (Pumice Stone) ले देड सेल (Dead cell) हटाउने । १८. नङमा क्युटिकल सफ्टेनर (Cuticle Softener) लगाई क्युटिकल पुसर (Cuticle pusher), क्युटिकल कटर (Cuticle cutter) र क्युटिकल निपर (Cuticle nipper) को सहायताले क्युटिकल ट्रीम (Cuticle Trim) गर्ने । १९. नेल ब्रस (Nail brush) को सहायताले नङ सफा गर्ने । २०. ओरेन्ज स्टीक (Orange stick) मा कटन राखेर फ्री एज्ड (Free aged) को भित्री भाग सफा गर्ने । २१. खुट्टालाई सफा पानीले सफा गर्ने । २२. नङको वरिपरि cuticle oil लगाएर मसाज गर्ने २३. मसाज क्रीमले खुट्टामा मसाज गर्ने । २४. मसाज क्रीम पुछेर नङलाई बफर (Buffer) गर्ने । २५. खुट्टामा हायण्ड एण्ड फूट लोसन (Hand and foot lotion) लगाउने । २६. ग्राहकको ईच्छा अनुसार नङमा बेस कोट, नेल पोलिस र टप कोट (Base coat, nail polish र top coat) लगाएर ग्राहकलाई सन्तुष्ट बनाउने । २७. ग्राहकसंग पृष्ठपोषण लिने । २८. प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने । २९. औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्ने	• नङ सफा तथा समतल भएको । • Dead cell हटेको । • नङ shape मा आएको । • खुट्टा सफा र आकर्षक देखिएको • कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको ।	• नर्मल पेडिक्योर गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु • नर्मल पेडिक्योर गर्ने विधि

औजार उपकरण र सामग्रीहरु :
Pedicure chair, sanitizer, nail brush, cotton, Emery board, foot file,toe separator, paper, towel, pedicure sleeper, corn blade, foot rasp, Pedicure set, bowl, buffer, nail polish, base coat, top coat, Cuticle Softener cream, Pumice stone, Polish Remover, Antiseptic Lotion.

सुरक्षा / सावधानी:

- PPE प्रयोग गर्ने
- Nail trim गर्दा छाला काटिनबाट जोगाउने ।
- Cuticle cutter जस्ता धारिला औजारहरु प्रयोग गर्दा होसियारी अपनाउने ।
- Cuticle लाई धेरै बल पूर्वक push back नगर्ने ।
- हातमा पञ्जा लगाएर काम गर्ने ।
- छाला काटेर रगत आएको अवस्थामा प्राथमिक उपचार गर्ने ।

Module: आधारभुत ब्युटिसियन र हेयर स्टायल कार्यहरू Basic Beautician and Hair Style Tasks **Task 21:** साधारण मेहन्दी आर्ट (Simple mehandi art) गर्ने ।
समय (Duration): सैद्धान्तिक ०.५ घण्टा + व्यावहारिक २.० घण्टा = २.५ घण्टा

कार्य चरणहरू (Steps)	**अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)**	**सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)**
१. प्रशिक्षण ग्रहण गर्ने । २. आवश्यक औजार, उपकरण र सामग्रीहरु संकलन गर्ने । ३. सादा कपी वा ड्रयिङ्ग बुकमा पेनसिलको सहायताले कोरर रिभा बुट्टाहरु बनाउने । ४. वनलाइन बुट्टा बनाउने । ५. दुइ बुट्टा बीचको खाली ठाउँमा ग्याप फिलिङ्ग बुट्टाहरु भर्ने । ६. बुट्टाहरुलाई एक आपसमा जोड्ने । ७. बुट्टा कोरी सकेपछि मेहन्दी कोन ह्यान्डिल गर्ने । ८. ग्राहकलाई तयार गर्ने । ९. मेहन्दी लगाउने भागमा मेहन्दी तेल लगाउने । १०. हात र खुट्टामा बुट्टाहरु कोर्ने । ११. मेहन्दी हल्का सुकेपछि चिनी र कागतीको घोलमा कटन डुबाएर उक्त स्थानमा लगाउने । १२. ग्राहकको पृष्ठपोषण लिने । १३. प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने ।	**दिइएको :** आवश्यक औजार र उपकरण सहितको ब्युटीपार्लर, ग्राहक । **निदिष्ट कार्य :** साधारण मेहन्दी आर्ट (Simple mehandi art) गर्ने । **मापदण्ड** : • कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । • मेहन्दी कोनबाट सजिलै हात र खुट्टामा मेहन्दी बुट्टा कोरिएको । • कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको ।	**Simple Mehandi Art** • परिचय • महत्व • प्रकार • आर्ट पहिचान • मेहन्दी हटाउने विधि • साधारण मेहन्दी आर्ट (Simple mehandi art) गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु • साधारण मेहन्दी आर्ट (Simple mehandi art) गर्ने विधि

१४. औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्ने ।		

औजार, उपकरण र सामग्रीहरु :
Mehandi Cone, Pencil, Drawing Copy, Eraser, Sharpner, Cotton, Dry Tissue, Sugar, Bowl, Lemon, Mehandi Catlog,Wooden Hand

सुरक्षा / सावधानी :

- PPE प्रयोग गर्ने

परियोजना

विवरण (Description): यस परियोजनामा सिम्पल मेकअप /डे मेकअप (Simple Makeup/ Day Makeup) गर्ने कार्यहरू समावेश गरिएका छन्।
परिणाम (Outcome): यस परियोजान सम्पन्न गरे पछि प्रशिक्षार्थीहरू उपलब्ध गराइएको सामाग्रीहरु प्रयोग गरेर सिम्पल मेकअप /डे मेकअप (Simple Makeup/ Day Makeup) गर्न सक्षम हुनेछन्।
कार्यहरू: १. सिम्पल मेकअप/डे मेकअप (Simple Makeup/Day Makeup) गर्ने।
समय (Duration): २१.५ घण्टा

निर्देशन (Direction)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
१. निर्देशन प्राप्त गर्ने । २. निर्मलिकरण गरिएका आवश्यक औजार सामग्रीहरु संकलन गर्ने । ३. मेकअप गर्ने अनुहार सफा गर्ने । ४. अनुहारको रङ्ग र र छालाको किसिम हेर्ने । ५. अनुहारमा टोनर/मोइसराइजर (Toner/ Moisturriser) लगाउने । ६. आइइ ब्रो सेप (Eye brow shape) बनाउने । ७. आई बल एरिया (Eye ball area) मा आई स्याडो ब्रस (Eye shadow brush) ले न्यूद कलर (Nude colour) को (brown, light pink) स्यादो (Shadow) लगाउने । ८. अपर आई लिड (Upper eye lid) मा आई लाइनर (Eye liner) लगाउने । ९. लो एज लिड (Low ege lid) मा काजल पेनसिल (Kajal pencil) लगाउने । १०. आई लासेज (Eye lashes) मा मस्कारा (Mascara) लगाउने । ११. पूरै अनुहारमामा मेकअप प्राइमर (Make up primer) लगाउने । १२. ब्युटी ब्लेन्डर (Beauty blender) वा फउण्डेसन ब्रस (Foundation brush)	**<u>दिईएको :</u>** सम्पूर्ण make up सामग्री सहितको उज्योलो Make up room, ग्राहक **<u>निर्दिष्ट कार्य :</u>** सिम्पल मेकअप/डे मेकअप (Simple make-up / Day make up) गर्ने । **<u>मापदण्ड :</u>** ● कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन गरिएको । ● रातो र Contrars colour को प्रयोग नभएको । ● मेकअप नाच्युरल (Make up natural) भएको । ● दुबै आँखामा आई मेकअप (Eye make up) देखिएको । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको ।	**<u>Make Up:</u>** ● परिचय ● प्रकार ● महत्व ● पहिचान ● प्रयोग ● Simple make-up / Day Make up गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु ● सिम्पल मेकअप गर्ने विधि

निर्देशन (Direction)	अन्तिम कार्य सम्पादन उद्देश्य (Terminal Performance Objective)	सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related Technical Knowledge)
ले पूरै अनुहारमा फउण्डेसन (Foundation) लगाउने । १३. फउण्डेसन (Foundation) set गर्न लुज वा कम्पाक्ट पाउडर (Loose or compact powder) लगाउने । १४. गालाको ब्लसर एरिया (Blusher area) मा ब्लसर ब्रस (Blusher brush) को सहायताले ब्लसर (Blusher) लगाउने । १५. लिप लाइनर (Lip liner) को सहायताले लिप लाइन (Lip line) कोर्ने । १६. लिप लाइन (Lip line) भित्र लिप स्टिक (Lipstick) भर्ने । १७. मेकअप फिक्स (Make up fix) गर्न अनुहारकामा फिक्सिङ्ग स्प्रे (Fixing spray) गर्ने । १८. ग्राहकको पृष्ठपोषण लिने । १९. प्रयोग गरेका औजार उपकरण सफा गर्ने । १. औजार उपकरण र सामग्रीहरु भण्डारण गर्ने ।		

औजार उपकरण र सामग्रीहरु :

eye shadow, eyeliner, kajalpencil, mascara, lip liner, lipstick, blusher, blusher brush, foundation, blender loose powder, compact power, make up brush set, primer, toner, moisturizer setting spray

सुरक्षा/साबधानीहरु :

- PPE प्रयोग गर्ने ।
- Eye make up गर्दा makeup सामग्री आँखा भित्र पस्नबाट जोगाउने ।
- Foundation लगाउदा टाटेपाटे नबनाउने ।

आवश्यक औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरू

(२० जना प्रशिक्षार्थीको लागि)

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (Personal Protective Equipment)

क्र.सं.	विवरण	स्पेशिफिकेशन	एकाइ	परिमाण
१.	सुरक्षा डस्ट मास्क (Safety dust mask)		Pcs	२२
२.	एप्रोन		Pcs	२२

Tools, Equipment, Material

SN	Particular	Quantity	Remarks
1	व्यक्तिगत सरसफाई (Personal Hygiene)		
a	Body freshner	3 pcs	
b	Sanitizer	10 bottle	
c	Hand wash	4 pcs (200 ml)	
d	Mouth Freshner	5 pcs	
2	औजार उपकरण निर्मलीकरण/ निसंक्रमण (Sterilization and Sanitization)		
a	UV Sterilizer	1 pc	
b	Antiseptic solution	4 pcs (250 ml)	
c	Phenyl	5 bottle	
d	Lizol	5 bottle	
e	Aroma oil	200 ml	
3	तेल मसाज (Hair oil massage)		
a	Olive ail	250 ml	
b	Coconut ail	250 ml	
c	Castor oil	250 ml	
d	Mustard oil	250 ml	
e	Towel	10 pcs	
f	Oil pot	10 pcs	
g	Big Comb	20 pcs	
h	Section comb (tail comb)	22 pcs	
i	Trolley	10 pcs	
j	D-tangle brush	4 pcs	
k	Apron	22 pcs	
l	Hair steamer	1 pc	
4	Threading		
	a. Threading Chair	2 nos	
	b . Thread no . 40 no . 60	20 pcs	
	c . Powder	200 gm	
	d . Eyebrow scissor	6 pcs	

	e . Eyebrow comb	6 pcs	
	f . Eyebrow brush	2 pcs	
	g . Powder puff	3 pcs	
	h . Powder bowl	3 pcs	
	i. Small mirror	4 pcs	
	j. Tweezer	4 pcs	
	k. Threading cream	400 ml (1 pc)	
5	Waxing		
	a. Wax	500 ml (6 pcs)	
	b . Wax hear	6 pcs	
	c. Wax strip	10 pkt	
	d. Wax blunt knife (spatula)	10 pcs	
	e . Talcum Powder	500 gm	
	f . Pre-Lotion	500 ml (1 pc)	
	g. Post-lotion	500 ml (1 pc)	
	h. Calamine lotion	200 ml (1 pc)	
	i. Small handkerchief	20 pcs	
	j. Cotton	1 roll	
6	Shampoo & Conditioner		
	a. Shampoo	500 ml	
	b . Conditioner	500 ml	
	C. Shampoo basin	2 nos	
	d . Small bowl	10 nos	
	e . Ear cap	10 set	
	f . Towel (Big)	10 pcs	
	g . Shampoo comb	4 pcs	
	h. Shampoo Cape	4 pcs	
7	Normal Hair Spa		
	a . Hair spa cream/ treatment	500 ml	
	b . Trolley	10 nos	
	c. Section clip (Jack pins)	10 pkt	
	j. Cape	20 nos	
	e . Application brush	20 nos	
	f . Gloves	3 pkt	
	g . Apron	20 pcs	
	h . Warmer	2 roll	
	i . Shower cap	20 pcs	
	J. Cape		
	K. Towel		
	L. Chemical bowl (non metal)	10 pcs	

	m . Bob Guard	3 pcs	
8	Hair Mehendi		
	a. Mehendi	500 gm	
	b . Apron		
	c. Towel	10 medium	
	d . Gloves		
	e . Dye brush (Aplication brush)	20 pcs	
	f . Ear Cap		
	g . Showar cap		
	h. Shampoo cape		
	i . Big bowl	20 pcs	
9	Blow dry setting		
	a. Hair dryer	3 pcs	
	b. Towel		
	C. Setting brush	6 pcs	
	d. Section comb		
	e . Jack pins		
	f. Setting spray	100 ml	
10	Back Combing		
	a . Back comb	20 pcs	
	b . Section comb		
	c. Hair Spray	100 ml (4 pcs)	
	d. Hair gel	250 ml	
	e . Bob pins	1 box (350 pcs)	
11	Hair do/ Hair put up (Zuro)		
	a . Bob pins	3 box	
	b. ' U ' pins	2 box	
	c . ' D ' tangle brush		
	d. Decoration pins (elements)	2 pkts	
	e. Rubber	2 pkts	
12	Roller setting		
	a. Different size of Rollers	60 pkts	
	b. Roller net	20 pcs	
	c. Jack pins		
	d . Setting elements		
13	Temporary Hair Iron		
	a. Hair Iron	4 nos	
	b. Tail comb		
	c. Big Comb		
	d. Jack pins		
	e . Towel		
	f . Cotton Gloves	10 sets	
	g. Hair Serum	5 pcs	

	h. Heat protector	2 pcs	
16	Hair Cutting		
	a. Section Comb (tail comb)		
	b . D tangle brush		
	c. Scissor	20 nos	
	d. Cape		
	e. Apron		
	f . Paddle brush		
	g. Water spray bottle	10 nos	
	h. Hair Dryer		
17	Tweezing / Plucking		
	a . Talcum powder		
	b . Tweezers	15 pcs	
	c. Moisturiser / soothing cream	500 ml	
	d. Cotton		
	e. Tissue	1 pkt	
	f . Antiseptic lotion		
	g . Small scissors		
	h. Rose water	1000 ml	
18	Razor		
	a . Disposable Razor blade	4 pcs	
	b. Antiseptic lotion		
	c. Cotton ball	100 gm	
	d. Tissue		
	e . Talcum powder		
	f. Razor	4 pcs	
19	Face Clean up		
	a. Cleansing milk / cream	500 ml	
	b . Big bowl		
	c. Facial puff	20 set	
	d . Moisturiser	500 ml	
	e . Sun block (SPF)	250 ml	
	f. Toner	250 ml	
	g. Facial band	20 pcs	
	h. Towel		
20	Deep Face Cleansing		
	a. Cleansing milk | cream		
	b . Scrub	500 ml	
	c . Steamer		
	d . Combodon	6 pcs	
	e . Face pack	500 gm	
	f . Face pack brush	20 pcs	
	g. Toner		
	h. Bowl (Big)		

	i. Bowl (Small)		
	J. Facial band		
	k. Facial puff		
	l. Face steamer	1 nos	
	m. Covering Cream	250 gm	
	n. Facial bed	3 nos	
22	Manicure / pedicure		
	a. Manicure chairs (normal)	20 nos	
	b. Pedicure chair	1 nos	
	c. Manicure table	1 nos	
	d. Manicure sets	10 pcs	
	e. Nail brush	12 pcs	
	f. Manicure Shampoo	1000 ml	
	g. Manicure pot	4 nos	
	h. Pedicure pot	4 nos	
	i. Nail polish	10 pcs	
	J. Nail polish remover	15 pcs	
	k. Nail buffer	6 pcs	
	l. Hydrogen peroxide	500 ml	
	m. Cuticle cream	4 pcs	
	n . Pumic stone		
	o. Emery board	12 pcs	
	p . Toe separation	4 pcs	
	q. Comb blade	10 pcs	
	r. Base coat	5 pcs	
	s. Top Coat	10 pcs	
	t. Cotton		
	u. Towel		
	v. Foil paper	1 roll	
	w. Parlour Mirror	5 pcs (2 X 3.5)	
23	Hand Mehendi / Kupee Making		
	a. Tape (celotape)	4 roll	
	b. Tape cutter	2 nos	
	c. Wrapping paper	4 roll	
	d. Alpin	1 box	
	e . Scissors		
	f . Dust mehendi	500 gm	
	g. Mehendi oil	250 ml	
	h. Non-metal bowl	3 pcs	
	i . Cotton		
	J. Towel		
	k. Spoon (non-metal)	12 pcs	
	L. Thin Cotton for mehendi refresh	0.5 mtr	

	m. Drawing book	20 pcs	
	n. Pencil	20 pcs	
	o. Eraser	20 pcs	
	p. Sharpener	20 pcs	
	q. Wooden hand	20 pcs	
	r. Readymade kupee	3 box	
24	Simple makeup		
	a. Foundation (cream)	250g (2 pcs)	
	b. Liquid foundation	250g (2 pcs)	
	c. Compact (loose powder)	4 pcs	
	d. Eye shadows	10 box	
	e. Eye Liner	10 pcs	
	f. Kajal	10 pcs	
	g. Mashkara	5 pcs	
	h. Lipliner	10 pcs	
	i. Lipstick	10 pcs	
	J. Blusher	6 pcs	
	k. Primer	4 pcs	
	l. Toner		
	m. Moisturiser		
	n. Bronzer	6 pcs	
	o. Highlighter	2 pcs	
	p. Eyebrow pencil	10 pcs	
	q. Face cleansing milk / cream		
	r. Makeup blender	10 pcs	
	s . Makeup brush set	6 pcs	
25	First Aid Box	1 nos	

नोट:

- Quanity Column मा खाली भएका Item No. माथि उल्लेख भै सकेकोले संख्या उल्लेख गरिएको छैन
- अन्य आवश्यक शिक्षण/प्रशिक्षण स्टेसनरी र सामग्रीहरू विद्यालयमा उपलब्ध भएको नै किफायती ढंगले प्रयोग गर्ने।

मूल्याङ्कन र मार्किङ योजना (Assessment and Marking Scheme)

विवरण (Description): ९० घन्टा तालिम लिएका विद्यार्थीहरूको हाउस वाइरिङ्ग सीपको मूल्याङ्कन विभिन्न मूल्याङ्कन साधनहरुको प्रयोग गरि गर्नुपर्नेछ। यहाँ उनीहरूको क्षमताहरू कसरी मूल्याङ्कन गर्ने तरिका र मार्किङ योजनाको बारेमा विस्तृत व्याख्या छ।

मापदण्ड वा निर्धारक (Criteria or determinants)	पूर्ण संख्या (Percentage weightage)	मूल्याङ्कन साधनहरु (Assessement Tools)	टिप्पणी (Remarks)
उपस्थिति र सहभागिता Attendance and participation	१० %	उपस्थिति रेकर्ड, शिक्षकको अवलोकन। Attendance record, teacher's observations	प्रशिक्षण कार्यक्रममा विद्यार्थीको प्रतिबद्धताको महत्त्वपूर्ण सूचकहरू उपस्थिति र सहभागिता हुन्। प्रत्येक विद्यार्थीको हाजिरी रेकर्ड कायम राखी तिनीहरूले सबै कक्षाहरूमा उपस्थित भई प्रशिक्षण सत्रहरूमा सक्रिय रूपमा भाग लिएको आधारमा अंकहरू दिनुपर्छ ।
सिद्धान्त ज्ञान Theory knowledge	३० %	बहुविकल्पीय प्रश्नहरू, छोटो उत्तर प्रश्नहरू, क्वीज (Quiz) प्रश्नहरू। Multiple-choice questions, short-answer questions, Quiz Questions	विद्यार्थीको सैद्धान्तिक ज्ञानको मूल्याङ्कन गर्नको सामान्य भन्दा सामान्य लिखित परीक्षा सञ्चालन गर्नुपर्छ। धेरै लेख्नु पर्ने भन्दा पनि उनीहरुलाई मनोरंजन हुने किसिमले बहुविकल्पीय प्रश्नहरू, छोटो उत्तर प्रश्नहरू, क्वीज (Quiz) जस्ता प्रश्नहरू बाट उनीहरुको लिखित परीक्षण लिनुपर्छ।
व्यावहारिक सीप Practical skills	५० %	व्यावहारिक परीक्षण, अवलोकन, परियोजनाको (माथि उल्लेखित) मूल्याङ्कन। Practical tests, observations, and evaluation of accomplished two projects.	व्यावहारिक सीपहरू ब्युटिसियन र हेयर स्टाइलको सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण पक्ष हो। विद्यार्थीको व्यावहारिक सीपहरू मूल्याङ्कनका लागि माथि उल्लेखित दुई ओटा परियोजनाहरुमा उनीहरुको engagement and participation , आन्तिम outcome र कत्तिको professionally गरिएको छ त्यसको आधारमा उनीहरुको मुल्यांकन गर्न सकिन्छ ।
मनोवृत्ति र विशेषज्ञता Attitude and Professionalism	१० %	अवलोकन, व्यवहार र मनोवृत्तिको मूल्याङ्कन, सहकर्मी मूल्याङ्कन, आत्म-मूल्याङ्कन। Observation, evaluation of behavior and attitude, peer evaluation, self-evaluation.	विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूको समग्र Professionalism को आधारमा मूल्याङ्कन गरिनुपर्छ, जसमा ग्रुप कार्य, समय व्यवस्थापन, सरसफाई र Communication लाई मुख्य आधार मान्न सकिन्छ। विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूको Work pressure मा काम गर्न सक्ने क्षमता र कार्य क्षेत्र (Work Area/Place) को वातावरणमा हुने परिवर्तनहरूसँग अनुकूलन गर्ने क्षमतामा पनि मूल्याङ्कन गरिनुपर्छ।

क्यारियर परामर्श पाठ्यक्रम (Career Counseling Curriculum)

विवरण (Description): यो करियर काउंसलिंग पाठ्यक्रम नेपाली भाषामा सरकारी स्कूलका नौं ग्रेडका विद्यार्थीहरुलाई ब्युटिसियन र हेयर स्टाइलको सीप, सिर्जनशीलता र अध्ययनको बारेमा बास्तविक जानकारी प्रदान गर्ने हो। यो पाठ्यक्रमको उद्देश्य विद्यार्थीहरुलाई ब्युटिसियन र हेयर स्टाइल सम्बन्धि सीप, कला विशेषता वा उद्योग रोचक लाग्न सकोस्, जसले उनीहरूलाई भविष्यमा यसलाई पेशा बनाउने लक्ष्यमा सहयोग गर्न सक्छ भन्ने हो।

परिणाम (Outcome): यो ब्युटिसियन र हेयर स्टाइल क्षेत्रमा करियर बनाउने लागि विद्यार्थीहरुलाई आवस्यक जानकारीहरु रोचकता प्रदान गर्ने पाठ्यक्रम हो। यस पाठ्यक्रममा निहित रहेर क्यारियर परामर्श दिईसके पछि विद्यार्थीहरुले यस सिप सँग सम्बन्धित विभिन्न क्षेत्रहरु र उनीहरूको महत्व बारेमा जानकारी प्राप्त गरेको हुनेछन्। साथै, यो पाठ्यक्रमले उनीहरुलाई यस क्षेत्रमामा करियर बनाउने लागि अवसरहरू अन्वेषण गर्न, आवश्यक कुशलता र गुणधर्महरू को विकाश गर्न मद्दत गर्दछ।

निर्देशनहरु (Directions):

१. यो सत्रमा एक पटकमा २० भन्दा कम विद्यार्थीहरूको हुनुपर्छ। यदि विद्यार्थी संख्यामा बढी छन् भने, तिनीहरूलाई विभिन्न समूहहरूमा विभाजन गर्न सकिन्छ।

२. सबै बिद्यार्थीहरुको समान सहभागिता हुने किसिमले Practical activities गराउनु पर्नेछ।

समय (Duration): २४ घण्टा

सत्र र विषयहरू	कार्य र गतिविधिहरू	समय अवधि
सत्र १: ब्युटिसियन र हेयर स्टाइलको परिचय	**१. आइसब्रेकर गतिविधि (५ मिनेट)** • आफ्नो परिचय दिएर कार्यक्रम सुरु गर्नुहोस् र विद्यार्थीहरूलाई पनि आफ्नो परिचय उनीहरूको नाम साथसाथै उनीहरु मध्ये कस कसले आफ्नो तथा आफ्नो घरका अरु सदस्यहरु जस्तै आमा, दिदि, बहिनि वा साथीहरुको मेकअप गर्दिने जस्ता कामहरु गरेका छन् भनि सोध्नुहोस। **२. ब्युटिसियन र हेयर स्टाइल के हो? (१० मिनेट)** • ब्युटिसियन र हेयर स्टाइलको एक overview दिने। • विद्यार्थीहरूलाई यस सिप सिक्नाले उनीहरुको दैनिक जिबनमा कसरि मद्दत पुग्छ र भबिष्यमा उनीहरुको रुचि भएमा के कस्तो क्यारियर मार्गहरू छन् त्यसको बारेमा बताउने। • कसरी ब्युटिसियन र हेयर स्टाइल रचनात्मकता, प्राविधिक सीप, र व्यापार ज्ञान को संयोजन हो भनेर व्याख्या गर्ने। **३. किन ब्युटिसियन र हेयर स्टाइल? (१० मिनेट)** • ब्युटिसियन र हेयर स्टाइलको सिप र क्यारियरमा जाने फाइदाहरू जस्तै कामको सन्तुष्टि, क्यारियर उन्नति अवसरहरू, र रचनात्मकता सिप प्रस्तुत गर्ने क्षमता बारे छलफल गर्ने।	४५ मिनेट

	• केटा होस् या केटि, दैनिक जिबनमा कस्तो कस्तो ठाउमा यो सिप प्रयोग हुन सक्छ बताउने । • ब्युटिसियन र हेयर स्टाइलमा राम्रो करियर बनाएका मानिसहरूका केही सफलताका कथाहरू प्रस्तुत गर्ने। ४. **सिप र कौशल (१० मिनेट)** • ब्युटिसियन र हेयर स्टाइल सिक्न र यसमा सफल सफल हुनको लागि आवश्यक सीपहरूको बारेमा बिद्यार्थीहरु लाई सुनाउने। • विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूको आफ्नै क्षमताहरू र उनीहरूले यी सीपहरू कसरी विकास गर्न सक्छन् भन्ने बारे सोच्न प्रोत्साहन दिने। ५. **करियर मार्ग (Career Pathways) (१० मिनेट)** • ब्युटिसियन र हेयर स्टाइल सिकेर भबिष्यमा खुल्न सक्ने नया रोजगारी तथा उधम जस्तै को बारेमा जानकारी दिने। • प्रत्येक मार्गको लागि शैक्षिक र प्रशिक्षण आवश्यकताहरूको बारेमा छलफल गर्ने । ६. **प्रश्नोत्तर सत्र (५ मिनेट)** • विद्यार्थीहरूलाई प्रश्नहरू सोध्न र तिनीहरूसँग हुन सक्ने कुनै पनि शंकाहरू स्पष्ट गर्न समय दिने।	
सत्र २: व्यावहारिक क्रियाकलापहरु	१. **सिम्पल मेकअप /डे मेकअप (Simple Makeup/ Day Makeup) गर्ने प्रदर्शन (३० मिनेट)** • सिम्पल मेकअप /डे मेकअप (Simple Makeup/ Day Makeup) गर्न सिकाउने। • प्रयोग भएका उपकरणहरू र त्यसको सही प्रयोग, सवधानी र सुरक्षाको को महत्त्वको बारेमा व्याख्या गर्ने । २. **ह्यान्ड्स अन डोइङ्ग (Hands-on-Doing)(४५ मिनेट)** • विद्यार्थीहरूलाई साना समूहहरूमा विभाजन गरि तिनीहरूलाई माथि सिकाईएको कार्य गर्न आधारभूत सामग्रीहरू र उपकरणहरू प्रदान गर्ने । • तिनीहरूलाई पहिले प्रदर्शन गरिएको/सिकाईएको कार्य तयार गर्न लगाउने । • विद्यार्थीहरूलाई ग्रुपको रूपमा काम गर्न, Safety protocals follow गर्न, र जिज्ञासु भएर questions गर्ने जस्ता रचनात्मकता क्रियाकलाप गराउने र गर्न प्रोत्साहन दिने ।	१ घण्टा १५ मिनेट
सत्र ३: समापन (Wrap - up)	१. **Reflection (१० मिनेट)** • विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूले यो दुई घन्टामा के सिकेका छन् र यसले उनीहरूको रुचिलाई कसरी प्रभाव पारेको छ भनेर reflection गर्न लगाउने।	१५ मिनेट

	• उनीहरूलाई ब्युटिसियन र हेयर स्टाइल सिप र उद्योगमा क्यारियर बनाउने बारेमा कुनै पनि विचारहरू share गर्न प्रोत्साहन गर्ने। **२. प्रतिक्रिया (Feedback) (५ मिनेट)** • यस session र भविष्यमा यसलाई सुधार गर्ने तरिकाहरूको बारेमा बिद्यार्थीहरु सँग प्रतिक्रिया लिने ।	

औजार उपकरण र सामग्रीहरु :

eye shadow, eyeliner, kajalpencil, mascara, lip liner, lipstick, blusher, blusher brush, foundation, blender loose powder, compact power, make up brush set, primer, toner, moisturizer setting spray

सुरक्षा/सावधानीहरु :

- PPE प्रयोग गर्ने ।
- Eye make up गर्दा makeup सामग्री आँखा भित्र पस्नबाट जोगाउने ।
- Foundation लगाउदा टाटेपाटे नबनाउने ।