



नगर प्रहरीको पाठ्यक्रम (सवै पदको लागि)

परीक्षा योजना

सि. न.	चरण	विवरण	पूर्णाङ्क	उत्तिर्णाङ्क	कैफियत
१	प्रथम चरण	क) द र खा स्त छ नौ ट			
		ख) प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण			
		ग) शारीरिकक तन्दुरुस्ती मूल्याङ्कन	५०	२५	
२	दोस्रो चरण	विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षण			
३	तेस्रो चरण	लिखित	५०	२०	
४	चौथो चरण	अन्तर्वार्ता	२५		
जम्मा			१२५		

१. प्रथम चरण: प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण र शारीरिक तन्दुरुस्ती मूल्याङ्कन ।

क) प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण: उमेदवारहरूको प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण गर्दा देहाय बमोजिमको अयोग्यता

भएका उमेदवारहरूलाई छनौट गरिने छैन ।

१. उचाई: पुरुषको लागि: घटीमा ५ फिट २ इन्च भन्दा कम र महिलाको लागि: घटीमा ५ फिट

२. तौल: पुरुषको हकमा: घटीमा ५० के. जी. र महिलाको हकमा: घटीमा ४५ के. जी.

३. छाती फुलाउँदा (पुरुषको लागि मात्र): ३३ इन्च र नफुलाउँदा ३१ इन्च

४. आँखा माइनस वा प्लस २ भन्दा कम बढी कमजोर भएको

५. अङ्ग भङ्ग देखिएको

६. हातखुट्टा बाङ्गो टिङ्गो र औलाहरू ठीक नभएको

७. घुँडा knee lock भएको अथवा Rickets भई फटिएको (K2/K2 भन्दा माथिको)

८. धेरै चेष्टो पैताला भएको (भालु पाईले)

९. प्रष्ट बोलि नभएको / भकभके

१०. लठ्यौरो

११. ढाड कुप्रो भएको

१२. शरीर पुरा झुकाउन नसक्ने

१३. जिउ कोल्टे परेको

१४. उपचार नहुने दुब्री भएको

१५. कपाल फुलेको वा रङ्गाएको/ झरेको (सामान्य नगर प्रहरी कार्यको लागि असर नपर्ने गरी कपाल फुलेको वा रङ्गाएको बाहेक)

नगर प्रहरी अधिकृत



१६. आँखा डेढो भएको

१७. शरीर मोटो तर हात खुट्टा झिनो भएको

१८. अनुहारमा अस्भाविक दागहरू भएको

१९. शरीर बाहिर देखिने भागहरूमा ट्याटु मार्क बनाएको (नगर प्रहरी कार्यमा असर नपर्ने गरी धार्मिक साँस्कृतिक वा सामाजिक परम्परागत रूपले देखिने ट्याटु बाहेक)

२०. दुई वा दुई भन्दा बढी दात किराले खाएको वा झरेको (अगाडीको दात नझरेको, झरेको भए पनि स्थायी रूपमा प्रतिस्थापन गरेको र किरा लागेको दाँत भरेको वा उपचाचार योग्य भएको)

२१. नशा फुल्ने भएको ।

२२. General personality observation.

ख) शारीरिक तन्दुरुस्तीको मूल्याङ्कन (५० अंक)

ईभेन्ट	उम्मेदवार	शारीरिक तन्दुरुस्तीको मूल्याङ्कन (५० अंक)					जम्मा
		दौड १०० मि. (इभेन्ट १)	दौड १६०० र १००० मि. (इभेन्ट २)	चिन अप (इभेन्ट ३)	पुस अप (इभेन्ट ४)	सिट अप (इभेन्ट ५)	
पुर्णाङ्क	पुरुष	५	१५	१०	१०	१०	५०
	महिला	५	१५	१०	१०	१०	५०
उत्तिर्णाङ्क	पुरुष	२.५	७.५	५	५	५	२५
	महिला	२.५	७.५	५	५	५	२५

१. दौड १०० मि. (इभेन्ट १) को अंकभार देहाय बमोजिमको हुनेछ ।

दौड १०० मिटर

सि. नं.	पुरुषको लागि		महिलाको लागि	
	प्रासाङ्क	समय	प्रासाङ्क	समय
१	५ अंक	१२ सेकेन्ड सम्म	५ अंक	१५ सेकेन्ड सम्म
२	४ अंक	१३ सेकेन्ड सम्म	४ अंक	१६ सेकेन्ड सम्म
३	३.५ अंक	१४ सेकेन्ड सम्म	३.५ अंक	१७ सेकेन्ड सम्म
४	३ अंक	१५ सेकेन्ड सम्म	३ अंक	१८ सेकेन्ड सम्म
५	२.५	१६ सेकेन्ड सम्म	२.५	१९ सेकेन्ड सम्म
६	अनुतिर्ण	१७ सेकेन्ड भन्दा बढी	अनुतिर्ण	२० सेकेन्ड भन्दा बढी


प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

२. दौडः पुरुषको हकमा १६०० मि. र महिलाको हकमा १००० मि. (ईभेन्ट २) को अंकभार देहाय बमोजिमको हुनेछ ।

सि. न.	पुरुषको लागि		महिलाको लागि	
	प्रासाङ्क	समय	प्रासाङ्क	समय
१	१५ अंक	६ मिनेट ० सेकेन्ड सम्म	१५ अंक	५ मिनेट ० सेकेन्ड
२	१३ अंक	६ मिनेट ०१ सेकेन्ड देखि ६ मिनेट २० सेकेन्ड सम्म	१३ अंक	५ मिनेट ०१ सेकेन्ड देखि ५ मिनेट ३० सेकेन्ड सम्म
३	११ अंक	६ मिनेट २१ सेकेन्ड देखि ६ मिनेट ४० सेकेन्ड सम्म	११ अंक	५ मिनेट ३१ सेकेन्ड देखि ६ मिनेट ०० सेकेन्ड सम्म
४	९ अंक	६ मिनेट ४१ सेकेन्ड देखि ७ मिनेट ०० सेकेन्ड सम्म	९ अंक	६ मिनेट ०१ सेकेन्ड देखि ६ मिनेट ३० सेकेन्ड सम्म
५	८ अंक	७ मिनेट ०१ सेकेन्ड देखि ७ मिनेट ३० सेकेन्ड सम्म	८	६ मिनेट ३१ सेकेन्ड देखि ७ मिनेट ०० सेकेन्ड सम्म
६	७.५ अंक	७ मिनेट ३१ सेकेन्ड देखि ८ मिनेट ०० सेकेन्ड सम्म	७.५	७ मिनेट ०१ सेकेन्ड देखि ७ मिनेट ३० सेकेन्ड सम्म
७	अनुतिर्ण	८ मिनेट भन्दा बढी	अनुतिर्ण	७ मिनेट ३१ सेकेन्ड भन्दा बढी

३. चिन अप (ईभेन्ट ३) को अंकभार देहाय बमोजिमको हुनेछ ।

चिन अप

सि.न.	पुरुषको लागि		महिलाको लागि	
	प्रासाङ्क	पटक	प्रासाङ्क	पटक
१	अनुतिर्ण	५ पटक भन्दा कम	अनुतिर्ण	३० सेकेन्ड भन्दा कम झुन्डीन नसक्ने
२	५ अंक	५ पटक	५ अंक	३० सेकेन्ड भन्दा माथी झुन्डन सक्ने
३	६ अंक	६ पटक	६ अंक	थप १ पटक
४	७ अंक	७ पटक		
५	८ अंक	८ पटक	८ अंक	२ पटक
६	९ अंक	९ पटक		
७	१० अंक	१० पटक वा सो भन्दा बढी	१० अंक	३ पटक वा सो भन्दा बढी

४. पुस अप (ईभेन्ट ४) को अंकभार देहाय बमोजिमको हुनेछ ।

पुस अप

सि.न.	पुरुषको लागि		महिलाको लागि	
	प्रासाङ्क	पटक	प्रासाङ्क	पटक
१	अनुतिर्ण	५ पटक भन्दा कम	अनुतिर्ण	२ पटक भन्दा कम
२	५ अंक	६ पटक	५ अंक	२ पटक
३	६ अंक	८ पटक	६ अंक	३ पटक
४	७ अंक	१० पटक		
५	८ अंक	१२ पटक	८ अंक	४ पटक
६	९ अंक	१४ पटक		
७	१० अंक	१६ पटक वा सो भन्दा बढी	१० अंक	५ पटक वा सो भन्दा बढी

५. सेट अप (ईभेन्ट ५) को अंकभार देहाय बमोजिमको हुनेछ ।

सेट अप

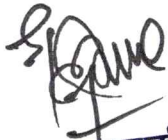
सि.न.	पुरुषको लागि		महिलाको लागि	
	प्राप्ताङ्क	पटक	प्राप्ताङ्क	पटक
१	अनुतिर्ण	५ पटक भन्दा कम	अनुतिर्ण	२ पटक भन्दा कम
२	५ अंक	६ पटक	५ अंक	२ पटक
३	६ अंक	८ पटक	६ अंक	३ पटक
४	७ अंक	१० पटक	८ थप २ अंक	४ पटक
५	८ अंक	१२ पटक		
६	९ अंक	१४ पटक		
७	१० अंक	१६ पटक वा सो भन्दा बढी	१० अंक	५ पटक वा सो भन्दा बढी

२. दोस्रो चरण: विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षण

विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षणको लागि मेडिकल अधिकृत समेतको स्वास्थ्य कर्मिहरूबाट देहाय बमोजिमको स्वास्थ्य जाँच गरी प्राप्त भएको स्वास्थ्य रिपोर्टको आधारमा योग्य/अयोग्य छुट्याइनेछ ।

देहाय:

1. Chest check up
2. Urine test
3. Ear, Nose and throat check up
4. Dental check up
5. Blood pressure and pulse rate check up
6. Eye test (color blind and vision power)
7. HIV and Hepatitis B test


 प्रमुख स्वास्थ्य अधिकृत

३. तेस्रो चरण: लिखित परीक्षाको योजना ।

विषय	पुर्णाङ्क	उत्तिर्णाङ्क	परीक्षा प्रणाली	प्रश्न संख्या र अंक	समय
सामान्य ज्ञान बौद्धिक परीक्षण र सेवा सम्बन्धी	५०	२०	बहुवैकल्पिक प्रश्न	२५ प्रश्न * २ अंक = ५०	१ घण्टा

लिखित परीक्षाको लागि पाठ्यक्रम

१. वस्तुगत (बहुवैकल्पिक प्रश्नको लागि)

क) सामान्य ज्ञान (३०)

- नेपालको भूगोल सम्बन्धी: क्षेत्रफल भौगोलिक सिमाना भौगोलिक र राजनीतिक विभाजन (संघ प्रदेश र स्थानीय तह)
- नेपालको इतिहास सम्बन्धी ज्ञान
- नेपालको प्रचलित धर्म भाषा साँस्कृति जातजाति र जनसंख्या सम्बन्धी ज्ञान
- नेपालको वर्तमान संविधान
- समसामयिक विषय र नवीनतम ज्ञान

ख) बौद्धिक परीक्षण (१०)

- भाग, गुणन, जोड र घटाउ सम्बन्धी समस्या
- नाफा र नोक्सान
- भिन्न सम्बन्धी सरल
- प्रतिशत
- समय र काम

ग) सेवा सम्बन्धी (१०)

- चिठ्ठी पत्र तथा निवेदन
- दर्ता चलानी
- नेपाली शुद्ध/ अशुद्ध
- कटारी नगरपालिकाको विभिन्न ऐन, नियम तथा कार्यविधिहरूको जानकारी
- नगर प्रहरीले पालना गर्नुपर्ने आचरण तथा काम कर्तव्य र अधिकार बारे सामान्य जानकारी



प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत



४. चौथो चरण

अन्तर्वर्ती: २५ पूर्णङ्क

अन्तर्वर्ती अंकभार देहाय बमोजिम रहेनेछ ।

रोल नं.	नाम थर	न्यूनतम शैक्षिक योग्यतामा (३) अङ्क	अनुभव (५) अङ्क	वैयक्तिक गुण (१०) अङ्क	स्थानीय वासिन्दा (४) अङ्क	सामान्य विषय वस्तुको ज्ञान (३) अङ्क	जम्मा पूर्णाङ्क (२५) अङ्क
		प्रथम श्रेणी 3GPA भन्दा माथी (३) द्वितीय श्रेणी 2GPA देखि 3GPA सम्म (२) तृतीय श्रेणी 1GPA भन्दा कम (१)	नेपाल सेना, नेपाल प्रहरी र शसस्त्र प्रहरी बल नेपालमा कमिमा ५ वर्ष सेवा अनुभव (५)	अधिकतम ७ र न्यूनतम ४ अंक	सम्बन्धित स्थानीय तह (४)	सम्बन्धित जिल्ला (२)	

(Signature)

प्रमुख एवं प्रशिक्षण अधिकृत