

गरुडा नगरपालिका नगरकार्यपालिकाको कार्यालय गरुडा रौतहट
पदपूर्ति समिति
नगर प्रहरी जवान पदको खुल्ला प्रतियोगितात्मक परीक्षाको पाठ्यक्रम

सेवा :- नगर प्रहरी(करार सेवा)

पद :- प्रहरी जवान

तह :- सहायक स्तर दोस्रो

परीक्षा योजना:-

क्र.सं.	चरण	विवरण	पूर्णाङ्क	उत्तिर्णाङ्क
१	प्रथम चरण	प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण	योग्य	अयोग्य
		शारीरिक तन्दुरुस्ती	५०	२०
२.	द्वितीय चरण	विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षण	योग्य	अयोग्य
३.	तृतीय चरण	लिखित परीक्षा	१००	४०
४.	चतुर्थ चरण	अन्तरवार्ता	२०	

१. प्रथम चरण :-

● प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण :-

उच्चाई ५ फिट २ ईन्च (पुरुष)

५ फिट (महिला)

वजन ५० किलो

वजन ४५ किलो (महिला)

आँखा +२, -२ भन्दा तल माथि नभएको

छाती ३१-३३ (नफुलाई, फुलाएर)

● जन्मजात वाहेक अन्य कुनै किसिमको काटिएको, कोतरिएको, ट्याटु, हात भाचिएको, सिधा नभएको, बाङ्गिएको, खुट्टा बाङ्गो, जुल्लिएको, आँखा डेढो, एउटा बन्द गरि अर्को आँखा भिम्काउन नसक्ने, दाँत भाचिएको, शरीर कुरूप देखिने, शारीरिक रुपमा तन्दुरुस्त नभएकोलाई छनौट गरिनेछैन ।

❖ शारीरिक तन्दुरुस्ती :-

इभेन्ट	२०० मिटर दौड	हाइ जम्प	सिट अप	पुस अप	चिन अप	२ कि.मी. दौड	जम्मा
पूर्णाङ्क	१०	५	५	५	५	२०	५०
उत्तिर्णाङ्क	४	२	२	२	२	८	२०

● २०० मि. दौडा

पुरुष :- ३० सेकेन्ड अति उत्तम

महिला :- ३६ सेकेन्ड अति उत्तम

:- ३८ सेकेन्ड पास

:- ४४ सेकेन्ड पास

:- ३८ सेकेन्ड भन्दा माथि अनुतीर्ण

:- ४४ भन्दा माथि अनुतीर्ण

● हाइ जम्प :-

पुरुष :- ४.५ फिट अति उत्तम

महिला :- ३.५ फिट अति उत्तम

:- ३ फिट पास

:- २ फिट पास

:- ३ फिट नसक्ने अनुतीर्ण

:- २ फिट नसक्ने अनुतीर्ण

● सिट अप :-

पुरुष :- २० पटक अति उत्तम

महिला :- १५ पटक अति उत्तम

:- १२ पटक पास

:- ५ पटक पास

:- १२ पटक नसक्ने अनुतीर्ण

:- ५ पटक नसक्ने अनुतीर्ण

● पुस अप :-

पुरुष :- २० पटक अति उत्तम

महिला :- १४ पटक अति उत्तम

:- १०पटक पास
:- १०पटक नसक्ने अनुतीर्ण

:- ४ पटक पास
:- ४ पटक नसक्ने अनुतीर्ण

● चिन अप :-

पुरुष :- १२ पटक अति उत्तम
:- ५ पटक पास
:- ५ पटक नसक्ने अनुतीर्ण

महिला :- ३ पटक अति उत्तम
:- ३० सेकेन्ड भुन्डिन सक्ने पास
:- ३० सेकेन्ड भुन्डिन नसक्ने अनुतीर्ण

● २ कि.मी. लामो दौड :-

पुरुष :- १० मिनेट अति उत्तम
:- १४ मिनेट पास
:- १४ मिनेट माथि अनुतीर्ण

महिला :- १२ मिनेट अति उत्तम
:- १६ मिनेट पास
:- १६ मिनेट माथि अनुतीर्ण

२. द्वितीय चरण :-

- आवश्यकता अनुसार विशेषज्ञ चिकित्सकको सल्लाह बमोजिम गरिनेछ ।

३. तृतीय चरण :- लिखित परीक्षा :- (पूर्णाङ्क - १००)

(क) नेपाली २०, अङ्ग्रेजी १०, गणित ४०, सामान्य ज्ञान २०, बौद्धिक परीक्षण १०
नेपाली -

- निबन्ध लेखन २ (आधारभूत तह) १०० शब्द नघटाई (२×५=१६)
● चिठी वा निवेदन (आधारभूत तह)
● नेपालको राष्ट्रिय गान

व्याकरण :- (४×१=४)

- सामान्य नेपाली व्याकरण (नाम, सर्वनाम, करण, अकरण)
● शब्दार्थ
● वाक्य प्रयोग
● विपरीतार्थ शब्द

(ख) अङ्ग्रेजि :- [5×2=10]

Basic skill and knowledge in English

- a. Translate Nepali to English & English to Nepali
b. Word Meaning
c. Matching words with suitable groups
d. Spelling writing (2-3 digits)
e. Singular/Plural

(ग) गणित:-

खण्ड -क (६×५ = ३०)

- जोड : (२×२.५=५)
● घटाउ : (२×२.५=५)
● गुणन : (२×२.५=५)
● भाग : (२×२.५=५)
● अङ्क लेखन : (२×२.५=५)
● अक्षरमा लेखन : (२×२.५=५)

खण्ड - ख (५×२=१०)

- हल गर्नुहोस् । (५×२=१०)

(घ) सामान्य ज्ञान :

(२०×१=२०)

(अ) नेपालको इतिहास सम्बन्धी सामान्य जानकारी

- ऐतिहासिक, धार्मिक तथा पर्यटकीय दृष्टिले नेपालको महत्वपूर्ण स्थलहरू
- नेपालको आधुनिक इतिहास ।

(आ) नेपालको भूगोल सम्बन्धी सामान्य ज्ञान

- क्षेत्रफल, सिमाना, भौगोलिक र राजनैतिक (संघ, प्रदेश र स्थानीय) विभाजन
- नदी तथा हावापानीको आधारमा नेपाललाई विभाजन
- नेपालका प्रमुख शिखर, नदी, नाला, कुण्ड, भन्ज्याङ्ग र भरनाहरू
- नेपालमा पाईने वन तथा वनस्पति ।
- संरक्षित जनावर तथा जडिबुटि ।
- नेपालका राष्ट्रिय निकुञ्ज तथा संरक्षित क्षेत्र ।

(इ) नेपालमा प्रचलित धर्म, भाषा, संस्कृति जातजाती र जनसंख्या सम्बन्धी ज्ञान

(ई) नेपालको वर्तमान संविधान-(जारी मिति, भाग, धारा र अनुसूची संख्या)

(ड) बौद्धिक प्ररीक्षण (आई.क्यू) (५×२=१०)

- शाब्दिक अनुक्रम, समरूपता, वर्गीकरण, कोडिङ-डिकोडिङ, मिल्दो नमिल्दो छुट्टयाउने, दिशा र दुरी ज्ञान सम्बन्धी परीक्षण

४. अन्तर्वार्ता : (पूर्णाङ्क- २०)

द्रष्टव्य :

१. लिखित परीक्षाको माध्यमभाषा नेपालीवाअंग्रेजीअथवा नेपाली र अंग्रेजीदुवै हुन सक्नेछ ।
२. यस पाठ्यक्रम योजनाअन्तर्गतकापत्र/विषयकाविषयवस्तुमा जेसुकै लेखिएको भएतापनि पाठ्यक्रममा परेकाकानून, ऐन, नियमतथानीतिहरू परीक्षाको विज्ञापन हुँदाका बखत(संशोधनभएकावा संशोधनभई हटाइएका वाथप गरी संशोधनभई) कायम रहेकालाई यस पाठ्यक्रममा परेको सम्झन पर्दछ ।
३. प्रथम चरणको परीक्षणबाट छनौट भएका उम्मेदवारहरूलाई मात्र द्वितीय चरणको परीक्षणमा सामेल गराइनेछ ।
४. द्वितीय चरणको परीक्षणबाट योग्य उम्मेदवारहरूलाई मात्र तृतीय चरणको लिखित परीक्षामा समावेश गराइनेछ ।
५. तृतीय चरणको लिखित परीक्षामा उत्तिर्ण भएका उम्मेदवारलाई मात्र अन्तर्वार्तामा सामेल गराइनेछ ।
६. उम्मेदवारले प्रथम चरण, तृतीय चरण र चतुर्थ चरणमा प्राप्त गरेको प्राप्ताङ्कहरू जोडी कूल अङ्कको आधारमा योग्यताक्रम प्रकाशित गरिनेछ ।
७. पाठ्यक्रमलागू मिति : २०८१।०४।१३