

हरिनगर गाउँपालिका
गाउँ कार्यापालिकाको कार्यालय
हरिनगरा,सुनसरी
गाउँ प्रहरी जवानको पखदको पाठ्यक्रम

परीक्षाको किसिम

क्र.स.	परीक्षा चरण	विवरण	पुर्णाङ्क	उत्तीर्णाङ्क
१	प्रथम चरण	शारीरिक तन्दुरुस्ती मुल्याङ्कन	५०	२०
२	द्वितीय चरण	लिखित परीक्षा	१००	४०
३	तृतीय चरण	अन्तरवार्ता	३०	१२

प्रथम चरण

पूर्णाङ्क ५०

(क) दरखास्त छनौटतथा स्वास्थ्य परिक्षण

तोकिएको योग्यता पुरा विधिवत रूपमा दरखस्ता पेश गरेका उम्मेवारहरुको दरखास्त स्वीकृत गरिन्छ

(ख)स्वास्थ्य परिक्षण

- आँखा +२ देखि -२ भन्दा बढी कमजोर हुन नहुने ।
- रगत परिक्षण गर्दा मधुमेह वा अन्य असाध्य रोग लागेको हुन नहुने ।
- उचाई पुरुषको हकमा ५ फिट २ इन्च र महिलाको हकमा ५ फिट हुनुपर्नेछ ।
- पुरुषको हकमा छाती नफुलाउँदा ३१ इन्च र फुलाउँदा ३३ इन्च हुनुपर्नेछ ।
- तौल पुरुषको हकमा ५० के जी र महिलाको हकमा ४२ के जी भन्दा कम भएकमा
- अस्वाभाविक शारिक बनावट हुन नहुने ।

(ग)शारीरिक तन्दुरुस्ती मुल्याङ्कन

शारीरिकतन्दुरुस्ती परीक्षा

१००० मिटर दौड

क्र स	पुरुषको लागि समयवधि	पुरुष/महिला अंक	महिलाको लागि समयवधि
१	१५० सेकेण्ड वा सो भन्दा कम	२०.००	१८३ सेकेण्ड वा सो भन्दा कम
२	१५६ सेकेण्ड सम्म	१८.००	१९० सेकेण्ड सम्म
३	१६३ सेकेण्ड सम्म	१६.००	१९७ सेकेण्ड सम्म
४	१७० सेकेण्ड सम्म	१४.००	२०४ सेकेण्ड सम्म
५	१७७ सेकेण्ड सम्म	१२.००	२१० सेकेण्ड सम्म
६	१८० सेकेण्ड सम्म	१०.००	२१७ सेकेण्ड सम्म
७	१८६ सेकेण्ड सम्म	८.००	२२४ सेकेण्ड सम्म
८	१८६ सेकेण्ड सम्म	अनुत्तीर्ण	२२४ सेकेण्ड भन्दा माथि

पुस अप

क्र स	पुरुषको लागि समयवधि	पुरुष/महिला अंक	महिलाको लागि समयवधि
१	२० पटक वा सो भन्दा माथि	१०.००	१४ पटक वा सो भन्दा माथि
२	१७ पटक सम्म	०८.००	११ पटक सम्म
३	१४ पटक सम्म	०६.००	०८ पटक सम्म
४	१० पटक सम्म	०४.००	०४ पटक सम्म
५	१० पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	०४ पटक सम्मपनि गर्न नसक्ने

चिन अप/पुल अप

क्र स	पुरुषको लागि समयवधि	पुरुष/महिला अंक	महिलाको लागि समयवधि
१	१२ पटक वा सो भन्दा माथि	१०.००	०३ पटक वा सो भन्दा माथि
२	१० पटक सम्म	०८.००	०२ पटक सम्म
३	०८ पटक सम्म	०६.००	०१ पटक सम्म
४	०५ पटक सम्म	०४.००	३० सकेण्ड सम्म झुण्डिन सक्ने
५	०५ पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	०४ सकेण्ड सम्म झुण्डिन नसक्ने

सिट अप

क्र स	पुरुषको लागि समयवधि	पुरुष/महिला अंक	महिलाको लागि समयवधि
१	२० पटक वा सो भन्दा माथि	१०.००	१५ पटक वा सो भन्दा माथि
२	१८ पटक सम्म	०८.००	११ पटक सम्म
३	१५ पटक सम्म	०६.००	०८ पटक सम्म
४	१२ पटक सम्म	०४.००	०५ पटक सम्म
५	१२ पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	०५ पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने

नोट: कुनै पनि एक ईभेन्टमा अनुत्तीर्ण हुने उम्मेदवारहरूलाई सो पछि हुने ईभेन्टमा सहभागी गराईने छैन ।

द्वितीय चरण

पूर्णाङ्क १००

लिखित परीक्षा योजना

विषय	अंकभार	पूर्णाङ्क	उत्तर्णाङ्क	परीक्षा प्रणाली	प्रश्न संख्या र अंकभार	समय
सामान्य ज्ञान र बौद्धिक परीक्षा	५०	१००	४०	वस्तुगत	२५ प्रश्न *२ अंक = ५०	१:३०घण्टा
सेवा सम्बन्धी	५०			विषयगत	२ प्रश्न *१० अंक = २०	
				वस्तुगत	१५ प्रश्न *२ अंक = ३०	

लिखित परिक्षाको पाठ्यक्रम

पूर्णाङ्क:१००

समय:१:३० घण्टा

उत्तीर्णाङ्क:४०

खण्ड "क"

१. सामान्य ज्ञान

(क) हरिनगर गाउँपालिकाको बारेमा सामान्य जानकारी

(ख) नेपालको भुगोल सम्बन्धि सामान्य ज्ञान

(ग) नेपालमा प्रचलित धर्म, भाषा, संस्कृति, जातजाति र जनसंख्या सम्बन्धि ज्ञान

(घ) ट्राफिक सम्बन्धि-(ट्राफिक चिन्ह, सडक संकेत र ट्राफिक नियम)

(ङ) महत्वपूर्ण समसामयिक रास्ट्रीय घटनाहरू जस्तै: आर्थिक, सामाजिक, राजनैतिक, खेलकुद र मानवअधिकार सम्बन्धी सामान्य जानकारी

(च)कम्प्युटर, मोवाइल, इमेल इन्टरनेट, सामाजिक सञ्जाल, ड्रोन रोबोट जस्ता नविनतम प्रविधिले मानव जिवनमा पारेका प्रभाव

खण्ड ख

पूर्णाङ्क ५०

१ सेवा सम्बन्धी ज्ञान:

(क) नेपालको संविधान सामान्य जानकारी

(ख) स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४ सम्बन्धी सामान्य जानकारी

(ग) नेपाली सेना, नेपाल प्रहरी, सशस्त्र प्रहरी बलको सेवा सम्बन्धी अन्य सामान्य जानकारी

(घ)हरिनगर गाउँपालिकाको गाउँ प्रहरी व्यवस्थापन सम्बन्धी कार्यविधि, २०७९

(ङ) चिष्टि पत्र, दर्ता चलानी सम्बन्धी सामान्य जानकारी

तृतीय चरण

अन्तरवार्ता

पूर्णाङ्क: ३० अङ्क

(क) विषयवस्तुको ज्ञान १० अङ्क

(ख) व्यक्तित्व परीक्षण १० अङ्क

(ग) अनुभव: प्रति वर्ष सेवा गरेवापत ०.५ अङ्कका दरले बढीमा ५ अङ्क

(घ) स्थानियताका लागि: हरिनगर गाउँपालिका भित्रका नागरिक भए ५ अङ्क र सो भन्दा बाहिरका भए ३ अङ्क