नगर प्रहरी जवान छनौटका लागि विभिन्न चरणको परिक्षाको पाठ्यक्रम

प्रथम चरण

(क.) प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण सञ्चालन गर्दा निम्नानुसारको अवस्थामा उम्मेदवार छनौट नगर्ने।

१. अंगभंग/ कुरुप देखिने

मुख बाङ्गो भएमा

नाक बाङ्गो भएमा

कान अस्वभाविक ठूलो सानो भएको वा टाँसिएको भएमा

खुँडे भएमा वा खुँडेको कारण कुरूप देखिएमा

मुख पुरा खोल्न नसके (Lockjaw) भएमा (कम्तिमा हातको ३ वटा औंला ठाडो पारी मुखमा राखे)

शरीरको देखिने वा नदेखिने भागमा अस्वभाविक ठुलो ,बाक्लो र धेरै वटा एकै स्थानमा मुसा भई उपचार गर्न नसकिने किसिमको भएमा

शरीरको कुनै भाग कुरुप देखिएमा (Deformity body)

शरीरको कुनै पनि भागमा हेर्दा अस्वभाविक किसिमको दाग, मासु पलाएको देखिएमा

खुट्टा बाङ्गो-टिङगो र औंलाहरु ठिक नभएको

दुवै हात साइडमा, दायाँ बायां, अगाडि र माथि तन्काउन लगाइ हेर्दा अस्वभाविक रुपमा वाङगो भएमा (Shold not affect in normal niarching of running

कुहिनो (elbow) पुरा नतन्किने

हातको औंला चलाउन नसकिने

सामान्य मानिसमा हुनु पर्ने अङ्गहरु नभएको तथा थप अङ्गहरू भएको (Deformity toes/ Fingers)

डा Knee Lock भएको अथवा Rickets भई फाटिएको (K२र K२) भन्दा माथिको)

खुट्टाको लम्बाई लामोछोटो हुने (leg Length Discrepancy)

सर्तकमा बस्दा गोलीगाँठो ठोकिने (खुट्टाको एडिको भाग नजोडिने)

धेरै चेप्टो पैताला भएको। (भालु पाईले)

पैताला सामान्य र स्वभाविक प्रकारको नभएको

धेरै चेप्टो पैताला भएको (भालु पाइले)

Wet foot print test गर्दा instep को उचाई १ से.मि भन्दा कम भई High वा Flat भएको। (पानीमा रङ राख पैताला भिजाएर समतल ठाउंमा हिडन लगाउने)

पैतालाको बिचको भागले नटेक्ने भएमा

बोली नभएको भकभके

पढ्दा वा बोल्दा भकभकाउने तथा प्रष्ट उच्चारण गर्न नसक्ने/ स्पष्ट बोली नभएको

कासन (कमाण्ड) बोली उच्चारण गर्दा रोकिएरा वा अडकिएर गर्ने

धेरै छिटो तथा ढिलो बोल्ने, लरवराएर बोल्ने

सुस्त किसिमको बोली भएको, प्रतिक्रिया जनाउन नसक्ने

औरी
- ...तो स्वभावको तथा बोल्न नसक्ने

...ढ कुप्रो भएको
- ढाड सामान्य र स्वभाविक नभएको
- ढाड बाङ्गो देखिने वा कुप्रो परेको ।
- ढाडमा हड्डी उठेको (Gibbus deformity)
- मेरुदण्डको हड्डी नागबेली जस्तो बाङ्गो टिङ्गो भएको । Secoliosis)
- धनुष्टङ्कार जस्तो देखिने

...रीर पुरा झुकाउन नसक्ने
- घुँडा तन्काई निहुरिएर दुवै हातको औंलाले दुवै खुट्टाको बुढी औंलालाई छुन लगाउने
- देव खुट्टा पैतालाको पुरा भागले जमिनमा टेकेर हात सिधा अगाडी बनाएर टुकुक्क बस्न (Full Squat) नसक्ने

...ेउ कोल्टे परेको (बाङ्गो शरीर भएको)
- पुरुषको छाती अस्वभाविक उठेको, दबेको वा बाङ्गो देखिएको
- कुम तल माथि भएको

दुवी भएको
- अनुहार तथा शरीरको कुनै भागमा असामान्य निको नहुने प्रकारका दुवी भएमा
- अनुहार तथा शरीरको कुनै भागमा Vitiligo Albinism जस्तो दुवी भएमा

कपाल झरेको, फुलेको वा रंगाएको
- कपाल एक स्थानमा झरेको वा कपालको जरानै नदखिने गरी पुरा चिल्लो छाला देखिने गरी झरेको
- कुनै किसिमको रोगको कारण धेरै कपाल झरेको (Alopecia)
- कपाल एक ठाउँमा मात्र सेतो भएको Poliosis),
- कपाल अस्वभाविक रूपमा फुलेको वा रंगाएको
- मनामिव कारण विना कपाल फुलेको वा झरेको कुरा लुकाउनको लागि खौरेको

लुरे (उचाई अनुसार अत्याधिक दुवलो) कम्तिमा ५० के. जी. पुरुष र ४२ के.जी, महिला
- शरीर अस्वभाविक रूपमा लुरे देखिन नहुन
- शरीर,हात खुट्टा एकदमै लुरो देखिने

आँखा डेढो भएको
- दुवै आँखाको साईज बराबर नभएको र दुवै आँखाले राम्रोसँग हेर्न नसक्ने
- आँखा छड्के (सिधा हेर्न नसक्ने) वा टेडो भएको
- आँखा फुटेको वा आँखामा फुलो परेको
- आँखाको नानीको रंग फरक-फरक भएको

...खाको नानी धेरै घुमाईरहने वा झिम-झिम गरिरहने
- Droopy Eyelids Ptosis Lazy Eye

8४

CamScanner

कुनै एक आँखा चिम्लन नसक्ने
कुनै एक आँखा चिम्लिएमा बायाँ आँखाले र बायाँ आँखाले चिम्लिएर दाहिने आँखाले हेर्न लगाउँदा नसक्ने कुनै
दाहिने आँखा चिम्लिएमा
एक आँखा चिम्लिन नसक्ने।
ाई अनुसार हुनु पर्ने तौल भन्दा अत्याधिक बढी तौल भएको

रीर मोटो तर हात खुट्टा छिनो देखिने
शरीर अनुसार हात खुट्टा छिनो भएको/नसुहाउँदो अस्वभाविक देखिएमा
ुहारमा अस्वभाविक दागहरु भएको
अनुहारको देखिने भागमा काटेको पोलेको वा अन्य कुनै किसिमको दाग खतहरु भई मापन गर्दा १•१
से.मि.भन्दा ठुलो भएमा
अनुहारमा चोट वा खतको कारण अस्वाभविक दाग देखिएमा
अनुहारमा कालो धब्बा,दाग,टाटो,धेरै निको नहुने खिलहरु आई कुरुप देखिएमा
अस्वाभविक देखिने Birth mark भएमा (सामान्य Birth mark भएमा असर नगर्ने)
रीरको बाहिर देखिने भागमा ट्याटु मार्क बनाएको
ट्याटु खोपेको हुन नहुने तर सांस्कृतिक प्रचलन अनुसार ट्याटु खोपेकोमा १•१ से.मि.(बुढि औंलाको औंठा
छाप बराबर) भन्दा सानो अस्वभाविक नदेखिने हुनुपर्ने।
आफैले जाना जानी बनाएको खत (अक्षर नाम वा दाग) भएको
शरीरको कुनै पनि भागमा ट्याटु मार्क मेटाएको अवस्थामा दाग अस्वभाविक देखिएको
सर्जिकल दाग धेरै पुरानो भएको, शरीरको नदेखिने भागमा रहेको र functional loss वा कार्यात्मक हानी नहुने
खालको भएमा त्यस्तो उम्मेदवारलाई छनौट गर्न बाधा परेको मानिने छैन
हात वा शरीरको कुनै भागमा धेरै पटक दोहोर्याएर काटेको घाऊको खत अर्थात् Hesitation Marks भएको
दुई वटा भन्दा बढी दाँत किराले खाएको वा झरेको
दाँतको प्राकृतिक संख्या २८ वटा नभएमा
दाँत टम्म नमिलेको अस्वभाविक रुपमा उपड खापड दाँत वा दारा बाहिर निस्केको
अगाडिको दाँत बाहिर निस्कन गई दुवै ओठ जोड्दा बाहिर देखिने
अगाडिको दाँतहरु अस्वभाविक फाटिएका
कुकुर दाँत र अगाडिको दाँत नझरेको
कुकुर र अगाडिको दाँत बाहेक अन्य भित्रपट्टिको दाँत भए कुनै बैटा भन्दा धेरै दाँत झरेको नहुने (२ वटासम्म
दाँत झरेको भै उपचार गरी स्थायी रुपमा प्रतिस्थापन गरेको भएमा त्यस्तो उम्मेदवारलाई योग्य मान्न सकिने)
Dental BRACE बाँधेर उपचारार्थ रहेको
कुनै पनि धातुको दाँत हालेको वा जलप लगाएको
रिकोज वा नशा फुल्ने भएको
शरीरको भाग विशेष गरी गोडाहरुमा नशाको भेरिकोज भएको वा नशा फुलेर गाँठो परेको वा गुजुल्टिएको
Spider Veins भएमा ।

दोश्रो चरण

ारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षाको ईभेन्टहरु सम्बन्धमा निम्नानुसार गर्ने ।

शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षा

ईभेन्टस्	३०० मि.दौड	सिट अप	पुस/अप	चिन अप/पुल अप	३.२ कि.मि(२माईल) दौड	जम्मा अंक
पूर्णाङक	१५	५	५	५	२०	५०
उत्तीर्णाङक	६	२	२	२	८	२०

कुनै पनि ईभेन्टमा अनुत्तीर्ण हुने उम्मेदवारलाई सो भन्दा पछि हुने ईभेन्टमा सहभागी गराईने छैन।

०(तीन सय मिटर दौड

पुरुषको लागि समयावधि	पुरुष/महिला अंक १५.००	महिलाको लागि समयावधि
४५ सेकेन्ड वा सो भन्दा कम	१५	५५ सेकेन्ड वा सो भन्दा कम
४७ सेकेण्ड सम्म	१४	५१ सेकेण्ड सम्म
४९ सेकेण्ड सम्म	१३	५९ सेकेण्ड सम्म
५१ सेकेण्ड सम्म	१०	६१ सेकेण्ड सम्म
५३ सेकेण्ड सम्म	९	६३ सेकेण्ड सम्म
५४ सेकेण्ड सम्म	८	६५ सेकेण्ड सम्म
५६ सेकेण्ड भित्र सम्म	६	६७ सेकेण्ड भित्र सम्म
५६सेकेण्ड भन्दा बढी	अनुत्तीर्ण	६७ सेकेण्ड भन्दा बढी

अप

पुरुषको लागि पटक	पुरुष/महिला अंक ५.००	महिलाको लागि पटक
२० पटक वा सो भन्दा माथि	५.००	१५ पटक वा सो भन्दा माथि
१८ पटक सम्म	४.००	११ पटक सम्म
१५ पटक सम्म	३.००	८ पटक सम्म
१२ पटक सम्म	२.००	५ पटक सम्म
१२ पटक पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	५ पटक पनि गर्न नसक्ने

/अप

पुरुषको लागि पटक	पुरुष/महिला अंक ५.००	महिलाको लागि पटक
२० पटक वा सो भन्दा माथि	५.००	१५ पटक वा सो भन्दा माथि
१७ पटक सम्म	४.००	११ पटक सम्म
१४ पटक सम्म	३.००	८ पटक सम्म
१० पटक सम्म	२.००	४ पटक सम्म
१० पटक पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	४ पटक पनि गर्न नसक्ने

गैडहवा गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
विष्णुपुरा, रुपन्देही
लुम्बिनी प्रदेश, नेपाल
२०७४

अप/पुल अप

पुरुषको लागि पटक	पुरुष/महिला अंक ५.००	महिलाको लागि पटक
१२ पटक वा सो भन्दा माथि	५.००	३ पटक वा सो भन्दा माथि
१० पटक सम्म	४.००	२ पटक सम्म
८ पटक सम्म	३.००	१पटक सम्म
५ पटक सम्म	२.००	३० सेकेण्ड सम्म झुण्डिन सक्ने
५ पटक पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	३० सेकेण्ड सम्म झुण्डिन नसक्ने

२ कि.मि(२माईल)दौड

पुरुषको लागि पटक	पुरुष/महिला अंक २०.००	महिलाको लागि पटक
१४ मिनेट भन्दा वढी	२०.००	१८ मिनेट भन्दा वढी
१५ मिनेट	१६.००	१९ मिनेट
१६ मिनेट सम्म	१२.००	२० मिनेट सम्म
१७ मिनेट सम्म	१०.००	२१ मिनेट सम्म
१८ मिनेट भित्र सम्म	८	२२ मिनेट भित्र सम्म
१८ मिनेट भन्दा वढी	अनुत्तीर्ण	२२ मिनेट भन्दा वढी

कुनै पहिलो ईभिन्टमा अनुत्तीर्ण हुने उम्मेदवारहरुलाई सो भन्दा पछि हुने ईभिन्टमा सहभागी गराईने छैन ।

दोश्रो चरण

त स्वास्थ्य परिक्षण

मेडिकल काउन्सिलमा दर्तावाला चिकित्सकवाट प्रचलित व्यवस्था वमोजिम चिकित्सकिय परिक्षण गर्ने ।

तेश्रो चरण

खित परिक्षा

विषय	अंक भार	प्रश्न संख्या
नेपालको भूगोल नेपालको इतिहास नेपालको धर्म संस्कृति जातजाति भाषा कला नेपालको संविधान प्रहरी सेवाको दर्ज्यानी चिन्ह पद तथा श्रेणी ट्राफिक संकेत सम्वन्धी जानकारी स्थानीय सरकार संचालन ऐन २०७४ सम्वन्धि सामान्य जानकारी कम्प्युटर ईन्टरनेट सामाजिक सञ्जाल तथा समसामायिक घटना तथा नविनतम घटनाक्रम गैडहवा गाउपालिकाको नगर प्रहरी वल ऐन तथा कार्यविधिको सामान्य जानकारी	३०	३०*१

२	Verbal reasoning Numerical Reasoning Arithmetical Test Non verbal Reasoning (IQ)	२०	२०*१
		५०	
	जम्मा		

चौथो चरण

ङ) मौखिक परिक्षा

विषय	पूर्णाङ्क	परिक्षा प्रणाली
अन्तरवार्ता	२५	मौखिक

पुनश्चः चौथो चरण अन्तरगतको अन्तरवार्ता परिक्षामा सहभागि उम्मेदवारको शारिरीक तन्दुरुस्ती परीक्षा, लिखित परिक्षा र अन्तरवार्ता परिक्षाको प्रासाङ्क जोडी कुल प्रासाङ्कको आधारमा योग्यताक्रम अनुसार परिक्षाफल प्रकाशन गरिने छ ।