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 औला ठाडो पारी मुखमा राखे)
- शरीरको देखिने वा नदेखिने भागमा अस्वभाविकठुलो ,बाक्लो र धेरै वटा एकै स्थानमा मुसा भई उपचार गर्न नसकिने किसिमको भएमा
- शरीरको कुनैभागकुरुप देखिएमा (Deformity body)
- शरीरको कुनै पनि भागमा हेर्दा अस्वभाविक किसिमको दाग,मासु पलाएको देखिएमा

२ हातखुट्टा बाङ्गो-टिङगो र औंलाहरु ठिक नभएको

- दुवै हात साइडमा, दायाँ बायां, अगाडि र माथि तन्काउन लगाइ हेर्दा अस्वभाविक रुपमा वाङगो भएमा (Sholdnotaffect in normal niarching of running
- कुहिनो (elbow) पुरा नतन्किने
- हातको औंला चलाउन नसकिने
- सामान्य मानिसमा हुनु पर्ने अङ्गहरु नभएको तथा थप अङगहरू भएको (Deformity toes/ Fingers)

३. घुडा 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
- धेरैचेप्टो पैताला भएको (भालु पाइले)
- Wet foot print test गर्दाinstep को उचाई १ से.मि भन्दा कम भई High वाFlat भएको। (पानीमा रङ राखी पैताला भिजाएर समतल ठाउंमा हिडन लगाउने)
- पैतालाको बिचको भागले नटेक्ने भएमा

५.प्रष्ट बोली नभएको भकभके

- पढ्दा वा बोल्दा भकभकाउने तथा प्रष्ट उच्चारण गर्न नसक्ने/ स्पष्ट बोली नभएको
- कासन (कमाण्ड) वोली उच्चारण गर्दा रोकिएरा वा अडकिएर गर्ने
- धेरै छिटो तथा ढिलो बोल्ने, लरवराएर बोल्ने
- सुस्त किसिमको वोली भएको, प्रतिक्रिया जनाउन नसक्ने

रोमनाथ दवाडी
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

६.लठ्यौरो

- लाटो स्वभावको तथा बोल्न नसक्ने

७. ढाड कुप्रो भएको

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

८. शरीर पुरा झुकाउन नसक्ने

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

९. जिउ कोल्टे परेको (बाङ्गो शरीर भएको)

- पुरुषको छाती अस्वभाविक उठेको, दवेको वा बाड्गो देखिएको
- कुम तल माथि भएको

१०. दुबी भएको

- अनुहार तथा शरीरको कुनै भागमा असामान्य निको नहने प्रकारका दुवी भएमा
- अनुहार तथा शरीरको कुनै भागमा Vitiligo Albinism बस्तो दुवी भएमा

११.कपाल झरेको, फुलेको वा रंगाएको

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

१२. लुरे (उचाई अनुसार अत्याधिक दुबनों) कम्तिमा ५० के. जी. पुरुष र ४२ के.जी, महिला

- शरीर अम्वभाविक रूपमा लुरे देखिन नहुन
- शरीर,हात खुट्टा एकदमै लुरो देखिने

१३.आँखा डेढो भएको

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

आँखाको नानी धेरै घुमाईरहने वा झिम-झिम गरिरहने

- Droopy Eyelids Ptosis Lazy Eye

CamScanner

१४. कुनै एक आँखा चिम्लन नसक्ने

- दाहिने आँखा चिम्लिएमा बायाँ आँखाले र बायाँ आँखाले चिम्लिएर दाहिने आँखाले हेर्न लगाउँदा नसक्ने(कुनै एक आँखा चिम्लिन नसक्ने)

१५.उचाई अनुसार हुनु पर्ने तौल भन्दा अतयाधिक बढी तौल भएको

१६. शरीर मोटो तर हात खुट्टा झिनो देखिने

- शरीर अनुसर हात खुट्टा झिनो मसनो/नसुहाउँदो अस्वभविक देखिएमा

१७.अनुहारमा अस्वभाविक दागहरु भएको

- अनुहारको देखिने भागमा काटेको पोलेको वा अन्य कुनै किसिमको दाग खतहरु भई मापन गर्दा १•१ से.मि.भन्दा ठुलो भएमा
- अनुहरमा चोट वा खतको कारण अस्वाभविक दाग देखिएमा
- अनुहारमा कालो धव्वा,दाग,टाटो,धेरै निको नहुने विमिराहरु आई कुरुप देखिएमा
- अस्वाभविक देखिने Birth mark भएमा (सामन्य Birth mark भएमा असर नपर्ने)

१८. शरीरको बाहिर देखिने भागमा ट्याटु मार्क बनाएको

- ट्याटु खोपेको हुन नहुने तर सांस्कृतिक प्रचलन अनुसार ट्याटु खोपेकोमा १•१ से.मि.(बुढि औंलाको औठा छांपबराबर) 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 दौर्‌याएर काटेको घाऊको खत अर्थात् Hesitation Marks भएको

१९. दुई वटा भन्दा बढी दाँत किराले खाएको वा झरेको

- दाँतको प्राकृतिक संख्या २८ वटा नभएमा
- दाँत टमक्क नमिलेको अस्वभाविक रुपमा उपड खापड दांत वा दारा बाहिर निस्केको
- अगाडिको दाँत बाहिर निस्कन गई दुवै ओठ जोड्दा बाहिर देखिने
- अगाडिको दाँतहरू अस्वभाविक फाटिएका
- कुकुर दाँत र अगाडिको दाँत नझरेको
- कुकुर र अगाडिको दाँत बाहेक अन्य भित्रपट्टिको दाँत भए कुनै वैटा 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

२०.भेरिकोच वा नशा फुल्ने भएको

- शरीरको भाग विशेष गरी गोडाहरुमा नशाको भरिकोच भएको वा नशा फुलेर गाँठो परेको वा गुजुल्टिएको
- Spider Veins भएमा ।

प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

(ख) शारीरिक 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
पूर्णाङ्क	१५	५	५	५	२०	५०
उत्तीर्णाङ्क	६	२	२	२	८	२०

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

१.३००(तीन सय मिटर दौड

क्र.सं.	पुरुषको लागि समयावधि	पुरुष/महिला अंक १५.००	महिलाको लागि समयावधि
१	४५ सेकेन्ड वा सो भन्दा कम	१५	५५ सेकेन्ड वा सो भन्दा कम
२	४७ सेकेण्ड सम्म	१४	५७ सेकेण्ड सम्म
३	४९ सेकेण्ड सम्म	१३	५९ सेकेण्ड सम्म
४	५१ सेकेण्ड सम्म	१०	६१ सेकेण्ड सम्म
५	५३ सेकेण्ड सम्म	९	६३ सेकेण्ड सम्म
६	५४ सेकेण्ड सम्म	८	६५ सेकेण्ड सम्म
७.	५६ सेकेण्ड भित्र सम्म	६	६७ सेकेण्ड भित्र सम्म
८	५६सेकेण्ड भन्दा बढी	अनुत्तीर्ण	६७ सेकेण्ड भन्दा बढी

२.सिट अप

क्र.सं.	पुरुषको लागि पटक	पुरुष/महिला अंक ५.००	महिलाको लागि पटक
१	२० पटक वा सो भन्दा माथि	५.००	१५ पटक वा सो भन्दा माथि
२	१८ पटक सम्म	४.००	११ पटक सम्म
३	१५ पटक सम्म	३.००	८ पटक सम्म
४	१२ पटक सम्म	२.००	५ पटक सम्म
५	१२ पटक पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	५ पटक पनि गर्न नसक्ने

३.पुस/अप

क्र.सं.	पुरुषको लागि पटक	पुरुष/महिला अंक ५.००	महिलाको लागि पटक
१	२० पटक वा सो भन्दा माथि	५.००	१५ पटक वा सो भन्दा माथि
२	१७ पटक सम्म	४.००	११ पटक सम्म
३	१४ पटक सम्म	३.००	८ पटक सम्म
४	१० पटक सम्म	२.००	४ पटक सम्म
५	१० पटक पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	४ पटक पनि गर्न नसक्ने

CamScanner

४.चिन अप/पुल अप

क्र.सं.	पुरुषको लागि पटक	पुरुष/महिला अंक ५.००	महिलाको लागि पटक
१	१२ पटक वा सो भन्दा माथि	५.००	३ पटक वा सो भन्दा माथि
२	१० पटक सम्म	४.००	२ पटक सम्म
३	८ पटक सम्म	३.००	१पटक सम्म
४	५ पटक सम्म	२.००	३० सेकेण्ड सम्म झुण्डिन सक्ने
५	५ पटक पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	३० सेकेण्ड सम्म झुण्डिन नसक्ने

५.३.२ कि.मि(२माईल)दौड

क्र.सं.	पुरुषको लागि पटक	पुरुष/महिला अंक २०.००	महिलाको लागि पटक
१	१४मिनेट भन्दा बढी	२०.००	१८मिनेट भन्दा वढी
२	१५मिनेट	१६.००	१९मिनेट
३	१६ मिनेटसम्म	१२.००	२० मिनेट सम्म
४	१७ मिनेट सम्म	१०.००	२१मिनेट सम्म
५	१८मिनेट भित्र सम्म	८	२२मिनेट भित्र सम्म
६	१८ मिनेट भन्दा बढी	अनुत्तीर्ण	२२ मिनेट भन्दा वढी

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

दोश्रो चरण

(ग) वृहत स्वास्थ्य परिक्षण

नेपाल मेडिकल काउंन्सिलमा दर्तावाला चिकित्सकवाट प्रचलित व्यवस्था बमोजिम चिकित्सकिय परिक्षण गर्ने ।

तेश्रो चरण

(घ) लिखित परिक्षा (१ घण्टा)

क्र स	विषय	अंक भार	प्रश्न संख्या
१	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	२०	२०*१

	verbal Reasoning (IQ)		
	जम्मा	५०	

नोट वुंदा न १को वस्तुगत प्रश्नमा प्रति एक प्रश्न गलत भए वापत २० प्रतिशत अंक कट्टा हुने छ तर वूंदा नं २ को IQ मा भने सो व्यवस्था लागु हुने छैन । लिखित परिक्षाको लागि जम्मा समय १ घण्टाको हुने छ ।

चौथो चरण

ङ) मौखिक परिक्षा

विषय	पूर्णाङ्क	परिक्षा प्रणाली
अन्तरवार्ता	२५	मौखिक

पुनश्च:चौथो चरण अन्तरगतको अन्तरवार्ता परिक्षामा सहभागि उम्मेदवारको शारिरीक तन्दुरुस्ती परीक्षा, लिखित परिक्षा र अन्तरवार्ता परिक्षाको प्राप्ताङ्क जोडी कुल प्राप्ताङ्कको आधारमा योग्यताक्रम अनुसार परिक्षाफल प्रकाशन गरिने छ ।

रोमनाथ न्यौपाने
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

CamScanner