

ठूलीभेरीनगरपालिका
नगरकार्यपालिकाको कार्यालय
जुफाल डोल्पा
२०७३

नगर प्रहरी सहायक निरीक्षक पदका लागि लिइने प्रयोगात्मक परीक्षाको पाठ्यक्रम

सि.नं	चरण	विवरण	पूर्णाङ्क	उत्तिर्णाङ्क
१	प्रथमचरण	प्रारम्भिक स्वास्थ्यपरीक्षणपरीक्षा		
		शारीरकतन्दुरुस्तीपरीक्षण	७०	२८
२	दोश्रोचरण	लिखितपरीक्षा	१००	४०
३	तेश्रोचरण	अन्तरवार्ता	२०	

प्रथमचरण

१. प्रारम्भिक स्वास्थ्यपरीक्षण

प्रारम्भिक स्वास्थ्यपरीक्षणगर्दा कुनैउममेदवारको देहायको अवस्था देखिएमा निजहरुलाई पहिलो चरणबाटै हटाइनेछ र निजहरुलाई शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षण परीक्षामा सहभागी गराइने छैन ।

क. आँखा +२ वा -२ भन्दा बढी कमजोर भएमा,

ख. रगतपरीक्षणगर्दा मधुमेह भेटिएमा ।

ग. उचाई पुरुषकोहकमा ५ किट २ इन्च स्महिलाकोहकमा ५ फिट भन्दा कम भएमा

घ. पुरुषकोहकमा छाती नफूलाउँदा ३१ र फूलाउँदा ३३ इन्च नभएमा

ड. तौल पुरुषकोहकमा ५० केजी र महिलाकोहकमा ४५ केजी भन्दा कम भएमा

च. अस्वभाविक शारीरिक शारीरिक बनावट भएमा ।

२. शारीरिकतन्दुरुस्तीपरीक्षणपरीक्षा

क. १००० मिटर दौड

सि.नं	पुरुषकोलागि समयावधी	महिलाको लागि समयावधी	कूल अङ्क
१	१८० सेकेन्ड वा सोभन्दा कम	२४० सेकेन्ड वा सो भन्दा कम	२०
२	१८६ सेकेन्डसम्म	२४६ सेकेन्डसम्म	१८
३	१९२ सेकेन्डसम्म	२५२ सेकेन्डसम्म	१६
४	१९८ सेकेन्डसम्म	२५८ सेकेन्डसम्म	१४
५	२०४ सेकेन्डसम्म	२६४ सेकेन्डसम्म	१२
६	२१० सेकेन्डसम्म	२७० सेकेन्डसम्म	१०
७	२१६ सेकेन्डसम्म	२७६ सेकेन्डसम्म	८
८	२१६ सेकेन्ड भन्दा बढी	२७६ सेकेन्ड भन्दा बढी	अनुत्तिर्ण

ख. पुसअप

सि.नं	पुरुषकोलागि	महिलाको लागि	कूल अङ्क
१	२० पटक वा सो भन्दा बढी	१४ पटक वा सो भन्दा बढी	१०
२	१७पटकसम्म	११पटकसम्म	८
३	१४पटकसम्म	८ पटकसम्म	६
४	१०पटकसम्म	४ पटकसम्म	४
५	१०पटकपनि गर्न नसक्ने	४ पटकपनि गर्न नसक्ने	अनुत्तिर्ण

ग. सिटअप

सि.नं	पुरुषकोलागि	महिलाको लागि	कूल अङ्क
१	२० पटक वा सोभन्दा बढी	१४ पटक वा सोभन्दा बढी	१०
२	१८पटकसम्म	११पटकसम्म	८
३	१५पटकसम्म	८ पटकसम्म	६
४	१२पटकसम्म	५ पटकसम्म	४
५	१२पटकसम्म पनि गर्न नसक्ने	५ पटकसम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तिर्ण

घ. चिनअप/ पुलअप

सि.नं	पुरुषकोलागि	महिलाको लागि	कूल अङ्क
१	१२पटकवा सोभन्दा बढी	३पटकवा सोभन्दाबढी	१०
२	१० पटकसम्म	२ पटकसम्म	८
३	८ पटकसम्म	१पटकसम्म	६
४	५ पटकसम्म	३० सेकेन्डसम्म झूण्डिन सक्ने	४
५	५पटकपनि गर्न नसक्ने	३० सेकेन्डसम्म झूण्डिन नसक्ने	अनुत्तिर्ण

ङ. लडजम्प

सि.नं	पुरुषकोलागि	महिलाको लागि	कूल अङ्क
१	१५फिट वा सोभन्दा माथि	१२फिट वा सोभन्दा माथि	१०.००

२	१४फिटसम्म	११फिटसम्म	८.५०
३	१३फिटसम्म	१०फिटसम्म	७.००
४	१२फिटसम्म	९फिटसम्म	५.५०
५	११फिटसम्म	८फिटसम्म	४.००
६	११फिट भन्दाकम	८फिटभन्दाकम	अनुत्तिर्ण
३ पटकसम्म प्रयास गर्न पाउने ।			

छ. हाईजम्प

सि.नं	पुरुषकोलागि	महिलाको लागि	कूल अङ्क
१	४.५फिटसम्म	३.५फिटसम्म	१०
२	४.०फिटसम्म	३.०फिटसम्म	८
३	३.५फिटसम्म	२.५फिटसम्म	६
४	३.०फिटसम्म	२.०फिटसम्म	४
५	३.०फिटसम्म गर्न नसक्ने	२.०फिटसम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तिर्ण
३ पटकसम्म प्रयास गर्न पाउने ।			

नोट: माथि उल्लेखित कुनै एक इभेन्टमा अनुत्तिर्ण हुने उम्मेदवारलाई सो पछिको इभेन्टमा सहभागी गराइने छैन ।

दोश्रोचरण

लिखित परीक्षा योजना

खण्ड	विषय	अङ्कभार	पूर्णाङ्क	उत्तीर्णाङ्क	परीक्षा प्रणाली	प्रश्नसंख्या र अंकभार	समय
क	नेपाली	१६	१००	४०	वस्तुगत बहुबैकल्पिक प्रश्न	८ प्रश्न * २ अङ्क = १६	१ घन्टा
ख	अंग्रेजी	१४				७ प्रश्न * २ अङ्क = १४	
ग	गणित	२०				१० प्रश्न * २ अङ्क = २०	
घ	सामान्य ज्ञानरसामान्य बौद्धिकपरीक्षण	५०		वस्तुगत बहुबैकल्पिक प्रश्न	२५ प्रश्न * २ अङ्क = ५०		

ठूलीभेरीनगरपालिका

नगर प्रहरी सहायक निरीक्षक पदका लागि लिइने लिखित परीक्षाको पाठ्यक्रम

पूर्णाङ्क : १००

समय

: १ घन्टा

उत्तीर्णाङ्क : ४०

खण्डकनेपाली- १६ अङ्क

८ प्रश्न * २ अङ्क = १६

क. नेपाली व्याकरण प्रत्यय, उपसर्गको प्रयोग, वाच्य, उक्ति परिवर्तन
(अप्रत्यक्ष/प्रत्यक्ष)

ख. सामान्य नेपाली व्याकरण(काल, नाम, सर्वनाम क्रियापद, विशेषण र निपात)
सम्बन्धीर शुद्धाशुद्धि सम्बन्धी सामान्यजानकारी

ग. शब्दार्थ (प्रचलित नेपालीशब्दहरूको अर्थ)

घ. विपरीतार्थक शब्द(प्रचलित नेपालीशब्दहरूको विपरित अर्थ)

ङ. राष्ट्रिय गान, कार्यालयमा निवेदन वा चिठी लेखन ।

खण्ड खअंग्रेजी- १४ अङ्क ७ प्रश्न * २ अङ्क = १४

a. Articles, Vowels, Verbs, Opposite words, Domestic Animals/Wild Animals name

b. Translation English to Nepali and Nepali to English, Word Meaning , Matching different words according to their suitable words/groups, Spelling Writing (Two and three digit numbers), Singular/Plural (Simple word), Prepositions/conjunctions

ख

खण्डग- गणित २० अङ्क

१० प्रश्न * २ अङ्क = २०

क. प्रतिशत

ख. ऐकीकनियम

ग. नाफा नोक्सान

घ. साधारण ब्याज

ङ. सरलीकरण

खण्डघ- सामान्य ज्ञान तथा सामान्य बौद्धिक परीक्षण -५० अङ्क

१. सामान्य ज्ञान (३० अङ्क)

15 Question x 2 marks = 20 Marks

१. क. ठूलीभेरी नगरपालिकाको सामान्य जानकारी

ख. ठूलीभेरीनगरपालिकाको नगर प्रहरीसञ्चालन तथा व्यवस्थापन सम्बन्धी कार्यविधि २०८०

ग. नेपालको संविधान

२. नेपालको भूगोल अ : वस्थिती, हावापानी, हिमश्रृंखला, नदीनाला, ताल तलैया , र वनजंगल । .विश्वको भूगोलमहादेश : , महासागर
३. इतिहास, संस्कृति र सामाजिक अवस्था . नेपालको प्राचीनकाल तथा मध्यकालको राजनीतिक, आर्थिक एवं सामाजिक सांस्कृतिक अवस्था । . आधुनिक नेपालको इतिहास: पृथ्वी नारायण शाह देखि वर्तमान अवस्था सम्मको राजनीतिक अवस्था एवं सामाजिक सांस्कृतिक अवस्था । . नेपालका ऐतिहासिकयुद्ध तथा सम्झौताहरु । नेपालका प्रचलित धर्म, संस्कृति, जातजाति, भाषा, साहित्य र कला ।
- ४ . बर्का बपकि नेपालमा विकासका पूर्वाधारहरुकृ : षि, उद्योग, पर्यटन, शिक्षा र स्वास्थ्य ।
- ५ प . र्यावरणीय संरक्षण, जलवायुपरिवर्तन, जनसंख्या, शहरीकरण, बसोवास, प्रदूषण, तथा राष्ट्रिय सम्पदा , राष्ट्रिय निकुञ्ज तथा आरक्षण क्षेत्रको संरक्षण सम्बन्धी जानकारी ।
- ६ . कम्प्युटर, मोबाइल, इमेलइन्टरनेट, सामाजिक सञ्जाल, ड्रोन, रोबोट जस्ता नविनतम प्रविधिले मानव जलजीवनमापारेको प्रभाव ।
- ७ संयक्तु रा . छ संघ तथा यसको मिसनमा नेपाल प्रहरीको सहभागिता ।
- ८ . SAARC, BIMSTEC, NATO, INTERPOL सम्बन्धी सामान्य जानकारी ।
- ९ . राजनीतिक, सामाजिक, सांस्कृतिक, आर्थिक, खेलकूद, पुरस्कार, कला र साहित्य सम्बन्धीसमसामयिक घटना तथानवीनतम गतिविधिहरुवारे सामान्यजानकारी ।
१०. प्रहरी सेवाको दर्ज्यानी चिन्ह, पद तथा श्रेणी, ट्राफिक संकेत सम्बन्धी जानकारी

२. सामान्य बौद्धिकपरीक्षण(२०अङ्क) 10 Question x 2 marks =20 Marks

1. Verbal Reasoning:

Series, Analogy, Classification, Coding-Decoding, Matrix, Ranking Order Test, Direction and Distance Sense Test, Logical Reasoning, Assertion and Reason, Statement and Conclusions, Statement and Course of Action, Situational Judgment.

2. Numerical Reasoning:

Series, Analogy, Classification, Coding-Decoding, Matrix, Common Property, Data Interpretation & Data Verification, Date/Calendar.

3. Arithmetical Test:

Arithmetical Operations, Percentage, Ratio, Fraction, Decimal, Average, Profit and Loss, Time and Work.

4. Non-Verbal Reasoning:

Figure series, figure analogy, figure classification, figure matrix, pattern completion/finding, figure formation and analysis, rule detection, dot situation, water/mirror image, Venn-diagram, construction of triangles and squares

तेश्रोचरण

१. अन्तरवार्ता परीक्षा

२

०अङ्क

नोट: उम्मेदवारले शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षामा हासिल गरेको अङ्कलिखित परीक्षामा प्राप्त गरेको अङ्क र अन्तरवार्तामा प्राप्त गरेको अङ्कको कूल योगफलका आधारमा अन्तिम योग्यताक्रमको सूची तयार गरी पदपूर्ति समितिले नियुक्तिका लागि सिफारिश गर्नेछ ।