

हुप्सेकोट गाउँपालिका

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

इयालबास, नवलपरासी (बर्दघाट सुस्ता पूर्व)

नगर प्रहरी हवलदार पदको पाठ्यक्रम

परीक्षाको किसिम

| क्र.स. | चरण | विवरण | पूर्णाङ्क | उत्तीर्णाङ्क |
|--------|------------|--------------------------------------|-----------|--------------|
| १ | प्रथम चरण | प्रारम्भिक स्वास्थ्य परिक्षण परीक्षा | - | - |
| | | शारीरिक तन्दुरुस्ती परिक्षण परीक्षा | ७० | २८ |
| ३ | दोश्रो चरण | लिखित परिक्षा | १०० | ४० |
| ४ | तेस्रो चरण | अन्तर्वार्ता परीक्षा | ३० | - |

१) प्रथम चरण

प्रारम्भिक स्वास्थ्य परिक्षण परीक्षा

- शारीरिक तन्दुरुस्ति परिक्षण परीक्षामा अयोग्य हुने अवस्थाहरु,
 - क) आँखा +२ देखि -२ भन्दा बढी कमजोर भएमा,
 - ख) रगत परिक्षण (मधुमेह)
 - ग) उचाई पुरुषको हकमा ५ फिट २ इन्च र महिलाको हकमा ५ फिट भन्दा कम भएमा,
 - घ) पुरुषको हकमा छाती ३१.३३ इन्च भन्दा कम भएमा,
 - ङ) तौल पुरुषको हकमा ५० के.जी. र महिलाको हकमा ४२ के.जी. भन्दा कम भएमा ।
 - च) बाह्य शारीरिक परिक्षण (अस्वाभाविक शारीरिक बनावट भएमा)

शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षा

१००० मिटर दौड

| क्र.सं. | पुरुषको लागि समयावधि | पुरुष/महिला अंक | महिलाको लागि समयावधि |
|---------|----------------------------|-----------------|----------------------------|
| 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 भन्दा बढी | अनुत्तीर्ण | २२४ सेकेण्ड भन्दा बढी |

पुस अप

| क्र.सं. | पुरुषको लागि समयावधि | पुरुष/महिला अंक | महिलाको लागि समयावधि |
|---------|-----------------------------|-----------------|----------------------------|
| 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 | ८ पटक सम्म |
| ४ | १० पटक सम्म | ०४.०० | ४ पटक सम्म |
| ५ | १० पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने | अनुत्तीर्ण | ४ पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने |

चिन अप/ पुल अप

| क्र.सं. | पुरुषको लागि समयावधि | पुरुष/महिला अंक | महिलाको लागि समयावधि |
|---------|----------------------------|-----------------|------------------------------------|
| १ | १२ पटक वा सो भन्दा माथि | १०.०० | ३ पटक वा सो भन्दा माथि |
| २ | १० पटक सम्म | ०८.०० | २ पटक सम्म |
| ३ | ८ पटक सम्म | ०६.०० | १ पटक सम्म |
| ४ | ५ पटक सम्म | ०४.०० | ३० सेकेण्ड सम्म झुण्डिन सक्ने |
| ५ | ५ पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने | अनुत्तीर्ण | ३० सेकेण्ड सम्म पनि झुण्डिन नसक्ने |

सिट अप

| क्र.सं. | पुरुषको लागि समयावधि | पुरुष/महिला अंक | महिलाको लागि समयावधि |
|---------|-----------------------------|-----------------|----------------------------|
| 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 | ८ पटक सम्म |
| ४ | १२ पटक सम्म | ०४.०० | ५ पटक सम्म |
| ५ | १२ पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने | अनुत्तीर्ण | ५ पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने |

लड जम्प

| क्र.सं. | पुरुषको लागि समयावधि | पुरुष/महिला अंक | महिलाको लागि समयावधि |
|---|-----------------------------|-----------------|---------------------------|
| १ | १५फिट वा सो भन्दा माथि | १०.०० | १२ फिट वा सो भन्दा माथि |
| २ | १४ फिट सम्म | ०८.५० | ११ फिट सम्म |
| ३ | १३फिट सम्म | ०७.०० | १०फिट सम्म |
| ४ | १२ फिट सम्म | ०५.५० | ९फिट सम्म |
| ५ | ११ फिट सम्म | ०४.०० | ८फिट सम्म |
| ६ | ११ फिट सम्म पनि गर्न नसक्ने | अनुत्तीर्ण | ८फिट सम्म पनि गर्न नसक्ने |
| ३ तिन पटक सम्म प्रयास गर्न पाउने | | | |

हाई जम्प

| क्र.सं. | पुरुषको लागि समयावधि | पुरुष/महिला अंक | महिलाको लागि समयावधि |
|----------------------------------|------------------------------|-----------------|-----------------------------|
| १ | ४.५फिट सम्म | १०.०० | ३.५ फिट |
| २ | ४.० फिट सम्म | ०८.०० | ३.०फिट सम्म |
| ३ | ३.५फिट सम्म | ०६.०० | २.५फिट सम्म |
| ४ | ३.० फिट सम्म | ०४.० | २.०फिट सम्म |
| ६ | ३.० फिट सम्म पनि गर्न नसक्ने | अनुत्तीर्ण | २.०फिट सम्म पनि गर्न नसक्ने |
| ३ तिन पटक सम्म प्रयास गर्न पाउने | | | |

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

२) दोश्रो चरण

लिखित परीक्षाको योजना

| खण्ड | विषय | अंकभार | पूर्णाङ्क | उत्तीर्णाङ्क | परीक्षा प्रणाली | प्रश्न संख्या र अंकभार | समय |
|------|------------------------------------|--------|-----------|--------------|---|------------------------|------------|
| क | नेपाली | १० | १०० | ४० | वस्तुगत बहुवैकल्पिक प्रश्न (MCQs) | ५ प्रश्न * २ अंक = १० | १ घण्टा |
| ख | अंग्रेजी | १० | | | | ५ प्रश्न * २ अंक = १० | |
| ग | गणित | २० | | | | १० प्रश्न * २ अंक = २० | |
| घ | सामान्य ज्ञान र बौद्धिक परीक्षा | ६० | | | | ३० प्रश्न * २ अंक = ६० | |

लिखित परीक्षाको पाठ्यक्रम

पूर्णाङ्क : १००

समय : १ घण्टा

उत्तीर्णाङ्क : ४०

खण्ड "क" नेपाली - १० अङ्क

१. नेपाली व्याकरण

क) सामान्य नेपाली व्याकरण (काल, नाम, सर्वनाम) सम्बन्धी सामान्य जानकारी

ख) शब्दार्थ - (प्रचलित नेपाली शब्दको अर्थ)

ग) विपरीतार्थक शब्द - (प्रचलित शब्दको विपरित अर्थ)

खण्ड "ख" अंग्रेजी - १० अङ्क

1. Fill in the blanks (article, preposition, adjective, verbs, adverbs)

खण्ड "ग" गणित - २० अङ्क

१. प्रतिशत, सरलीकरण, ऐकिक नियम, नाफा नोक्सान र साधारण ब्याज

खण्ड "घ" सामान्य ज्ञान तथा बौद्धिक परिक्षण - ६० अङ्क

१. सामान्य ज्ञान (५० अङ्क)

- क) हुप्सेकोट गाउँपालिकाको बारेमा सामान्य जानकारी
- ख) हुप्सेकोट गाउँपालिकाको नगर प्रहरी ऐन २०७७
- ग) हुप्सेकोट गाउँपालिकाको नगर प्रहरी नियमावली २०७७
- घ) नेपालको भूगोल सम्बन्धी ज्ञान
- ङ) नेपालमा प्रचलित धर्म, भाषा, संस्कृति, जातजाति र जनसंख्या सम्बन्धी ज्ञान
- च) ट्राफिक सम्बन्धी - (ट्राफिक चिन्ह, सडक संकेत र ट्राफिक नियम)
- छ) महत्वपूर्ण समसामयिक रास्ट्रिय घटनाहरू जस्तै : आर्थिक, सामाजिक, राजनैतिक, खेलकुद, र मानवअधिकार
- ज) सार्क सम्बन्धि सामान्य जानकारी

२. बौद्धिक परिक्षण (IQ) (१० अङ्क)

२.१ शाब्दिक तार्किक/चार्तुयता परीक्षणमा बोध, शब्दज्ञान, अनुक्रम, समरूपता, दिशा र दुरी ज्ञान परीक्षण, तर्क विचार सम्बन्धी आदि विषयवस्तुबाट प्रश्नहरू समावेश गरिनेछ ।

२.२ मात्रात्मक (संख्यात्मक वा अंक सम्बन्धी) तार्किक परीक्षणमा अनुक्रम (श्रेणीक्रम), समरूपता, वर्गीकरण, कोडिङ, साझा गुण आदि विषयवस्तुबाट प्रश्नहरू समावेश गरिनेछ ।

२.३ अशाब्दिक तार्किक परीक्षणमा अनुक्रम, समरूपता, एकरूपता, विश्लेषणात्मक तर्क सम्बन्धी, आदि विषयवस्तुबाट प्रश्नहरू समावेश गरिनेछ ।

३) तेस्रो चरण

अन्तर्वार्ता परीक्षा

३० अंक

नोट : उम्मेदवारले शारीरिक तन्दुरुस्ती परिक्षण परिक्षा, लिखित परिक्षा र अन्तर्वार्तामा प्राप्त गरेको अंकको आधारमा योग्यता क्रम सुची तयार गरी पदपूर्ति समितिले नियुक्तिको लागि सिफारिस गर्नेछ ।