

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
प्रहरी प्रधान कार्यालय
(मानवश्रोत एवं प्रशासन विभाग, भर्ना छनौट महाशाखा)
नक्साल, काठमाण्डौ ।

प्रहरी जवान (जनपद) पदको पाठ्यक्रम

परीक्षाको किसिम

क्र.सं.	चरण	विवरण	पूर्णाङ्क	उत्तीर्णाङ्क
१.	प्रथम चरण	प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण परीक्षा	-	-
		शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षा	१००	४०
२.	दोस्रो चरण	विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षण परीक्षा	-	-
३.	तेस्रो चरण	लिखित परीक्षा	१००	४०
४.	चौथो चरण	अन्तर्वार्ता परीक्षा	२०	-

१. प्रथम चरण

- प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण परीक्षा: प्रहरी सेवाको पदमा नियुक्ति र बढुवा गर्दा अपनाउनु पर्ने सामान्य सिद्धान्त, २०६९ को अनुसूची-६ बमोजिम लिने ।
- शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षा

ईभेन्टस्	३०० मि.दौड	लडः जम्प	हाई जम्प	सिट अप	पुस अप	चिन अप	३.२ कि.मी. (२ माईल) दौड	जम्मा अंक
पूर्णाङ्क	२०	१०	१०	१०	१०	१०	३०	१००
उत्तीर्णाङ्क	८	४	४	४	४	४	१२	४०

नोट:-

- शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षाको अंकभार परिशिष्ट (क) बमोजिम हुनेछ ।
- कुनै पनि ईभेन्टमा अनुत्तीर्ण हुने उम्मेदवारलाई सो भन्दा पछि हुने ईभेन्टमा सहभागी गराईने छैन ।

२. दोस्रो चरण

विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षण परीक्षा:

- प्रहरी सेवाको पदमा नियुक्ति र बढुवा गर्दा अपनाउनु पर्ने सामान्य सिद्धान्त, २०६९ को अनुसूची-८ बमोजिम नेपाल प्रहरीको मेडिकल टिमले लिने ।

३. तेस्रो चरण

लिखित परीक्षाको पाठ्यक्रम:

- प्रहरी जवान (जनपद) पदको लिखित परीक्षाको पाठ्यक्रम प्रहरी नियामावली, २०७१ (संशोधन सहित) को अनुसूची-३ को प्रकरण ३ (ख) मा व्यवस्था भए बमोजिमको न्युनतम योग्यतालाई मध्यनजर राखि सामुदायिक विद्यालयको कक्षा आठको पाठ्यक्रममा आधारित छ।

पूर्णाङ्क: १००

उत्तीर्णाङ्क: ४०

समय: २ घण्टा

लिखित परीक्षा योजना

खण्ड	विषय	पूर्णाङ्क	उत्तीर्णाङ्क	अङ्कभार	परीक्षा प्रणाली र प्रश्न संख्या	समय
'क'	नेपाली रचना	१००	४०	२०	विषयगत नेपाली लेखन (२ प्रश्न × ५ अङ्क = १०) नेपाली व्याकरण (५ प्रश्न × २ अङ्क = १०)	२ घण्टा
'ख'	अंग्रेजी			१५	विषयगत (५ प्रश्न × ३ अङ्क = १५)	
'ग'	गणित			२५	विषयगत (५ प्रश्न × ३ अङ्क = १५) (५ प्रश्न × २ अङ्क = १०)	
'घ'	सामान्य ज्ञान, प्रहरी सेवा र बौद्धिक परीक्षा			४०	वस्तुगत बहुउत्तर प्रश्न (MCQs) सामान्य ज्ञान (२० प्रश्न × १ अङ्क = २०) प्रहरी सेवा (१० प्रश्न × १ अङ्क = १०) बौद्धिक परीक्षा (आई.क्यू.) (१० प्रश्न × १ अङ्क = १०)	

परिशिष्ट-(क)

प्रहरी जवान (जनपद) पदको शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षाको अंकभार

ईभेन्ट्स	३०० मि.दौड	लड जम्प	हाई जम्प	सिट अप	पुस अप	चिन अप/ पुलअप	३.२ कि.मी. (२ माईल) दौड	जम्मा अंक
पूर्णाङ्क	२०	१०	१०	१०	१०	१०	३०	१००
उत्तीर्णाङ्क	८	४	४	४	४	४	१२	४०

नोट:- कुनै पनि ईभेन्टमा अनुत्तीर्ण हुने उम्मेदवारलाई सो भन्दा पछि हुने ईभेन्टमा सहभागी गराइने छैन ।

(१) ३०० (तीन सय) मिटर दौड

क्र.सं.	पुरुषको लागि समयावधि	पुरुष/महिला अंक: २०.००	महिलाको लागि समयावधि
१.	४५ सेकेण्ड वा सो भन्दा कम	२०.००	५५ सेकेण्ड वा सो भन्दा कम
२.	४७ सेकेण्ड सम्म	१८.००	५७ सेकेण्ड सम्म
३.	४९ सेकेण्ड सम्म	१६.००	५९ सेकेण्ड सम्म
४.	५१ सेकेण्ड सम्म	१४.००	६१ सेकेण्ड सम्म
५.	५३ सेकेण्ड सम्म	१२.००	६३ सेकेण्ड सम्म
६.	५४ सेकेण्ड सम्म	१०.००	६५ सेकेण्ड सम्म
७.	५६ सेकेण्ड भित्र सम्म	८.००	६७ सेकेण्ड भित्र सम्म
८.	५६ सेकेण्ड भन्दा बढी	अनुत्तीर्ण	६७ सेकेण्ड भन्दा बढी

(२) लड जम्प

क्र.सं.	पुरुषको लागि दुरी	पुरुष/महिला अंक: १०.००	महिलाको लागि दुरी
१.	१५ फिट सम्म वा सोभन्दा माथि	१०.००	१२ फिट सम्म वा सोभन्दा माथि
२.	१४ फिट सम्म	८.५०	११ फिट सम्म
३.	१३ फिट सम्म	७.००	१० फिट सम्म
४.	१२ फिट सम्म	५.५०	९ फिट सम्म
५.	११ फिट सम्म	४.००	८ फिट सम्म
६.	११ फिटसम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	८ फिटसम्म पनि गर्न नसक्ने

तिन पटकसम्म प्रयास गर्न पाउने

(३) हाई जम्प

क्र.सं.	पुरुषको लागि उचाई	पुरुष/महिला अंक: १०.००	महिलाको लागि उचाई
१.	४.५ फिट सम्म	१०.००	३.५ फिट सम्म
२.	४ फिट सम्म	८.००	३ फिट सम्म
३.	३.५ फिट सम्म	६.००	२.५ फिट सम्म
४.	३ फिट सम्म	४.००	२ फिट सम्म
	३ फिटसम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	२ फिटसम्म पनि गर्न नसक्ने

(४) सिट अप

क्र.सं.	पुरुषको लागि पटक	पुरुष/महिला अंक: १०.००	महिलाको लागि पटक
१.	२० पटक वा सो भन्दा माथि	१०.००	१५ पटक वा सो भन्दा माथि
२.	१८ पटक सम्म	८.००	११ पटक सम्म
३.	१५ पटक सम्म	६.००	८ पटक सम्म
४.	१२ पटक सम्म	४.००	५ पटक सम्म
५.	१२ पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	५ पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने

(५) पुस अप

क्र.सं.	पुरुषको लागि पटक	पुरुष/महिला अंक: १०.००	महिलाको लागि पटक
१.	२० पटक वा सो भन्दा माथि	१०.००	१४ पटक वा सो भन्दा माथि
२.	१७ पटक सम्म	८.००	११ पटक सम्म
३.	१४ पटक सम्म	६.००	८ पटक सम्म
४.	१० पटक सम्म	४.००	४ पटक सम्म
५.	१० पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	४ पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने

(६) चिनअप/पुलअप

क्र.सं.	पुरुषको लागि पटक	पुरुष/महिला अंक: १०.००	महिलाको लागि पटक
१.	१२ पटक वा सो भन्दा माथि	१०.००	३ पटक वा सो भन्दा माथि
२.	१० पटक सम्म	८.००	२ पटक सम्म
३.	८ पटक सम्म	६.००	१ पटक सम्म
४.	५ पटक सम्म	४.००	३० सेकेण्ड सम्म झुण्डिन सक्ने
५.	५ पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	३० सेकेण्ड सम्म पनि झुण्डिन नसक्ने

(७) ३.२ कि.मि. (२ माईल) दौड

क्र.सं.	पुरुषको लागि समयावधि	पुरुष/महिला अंक: ३०.००	महिलाको लागि समयावधि
१.	१४ मिनेट वा सो भन्दा कम	३०.००	१८ मिनेट वा सो भन्दा कम
२.	१५ मिनेट सम्म	२६.००	१९ मिनेट सम्म
३.	१६ मिनेट सम्म	२०.००	२० मिनेट सम्म
४.	१७ मिनेट सम्म	१६.००	२१ मिनेट सम्म
५.	१८ मिनेट भित्र सम्म	१२.००	२२ मिनेट भित्र सम्म
६.	१८ मिनेट भन्दा बढी	अनुत्तीर्ण	२२ मिनेट भन्दा बढी