सशस्त्र प्रहरी बल, नेपाल, प्रधान कार्यालय
मानवश्रोत विभाग, तालिम निर्देशनालय
साधारण समूह, साधारण उपसमूहतर्फ **सशस्त्र प्रहरी जवान** पदको प्रतियोगितात्मक परीक्षाको पाठयक्रम

परीक्षा योजना (Examination Scheme) निम्नानुसार चरणमा हुनेछ :

चरण	विषय	पूर्णाङ्क	उत्तीर्णाङ्क
प्रथम चरण	प्रारम्भिक शारीरिक परीक्षण	-	-
द्वितीय चरण	शारीरिक सहिष्णुता परीक्षा	१००	-
तृतीय चरण		-	-
चतुर्थ चरण	लिखित परीक्षा	१००	४०%
पाँचौ चरण	विशेष स्वास्थ्य परीक्षण	-	-
छैटौ चरण	अन्तर्वार्ता परीक्षा	२०	-

१. प्रथम चरण :– प्रारम्भिक शारीरिक परीक्षण

विवरण	पुरुष		महिला	
	उत्तीर्ण	अनुतीर्ण	उत्तीर्ण	अनुतीर्ण
उचाई	६२ ईन्च वा सो भन्दा माथी	६२ ईन्च भन्दा कम	६० ईन्च वा सो भन्दा माथी	६० ईन्च भन्दा कम
तौल	५० के.जी.वा सो भन्दा माथी	५० के.जी.भन्दा कम	४२ के.जी.वा सो भन्दा माथी	४२ के.जी.भन्दा कम
छाती	नफुलाउदा कम्तिमा ३० ईन्च, फुलाउदा कम्तिमा ३२ ईन्च । कम्तिमा २ ईन्च फुलाउनु पर्ने ।	नफुलाउदा कम्तिमा ३० ईन्च भन्दा कम भएको । कम्तिमा २ ईन्च फुलाउन नसक्ने	नपर्ने	नपर्ने
साधारण वियरिङ्ग	**वियरिङ्गमा अनुतीर्ण हुने कारणहरु** अंगभंग/हात खुट्टा बाङ्गो-टिङ्गो र औंलाहरू ठिक नभएको, घुंडा Knee Lock भएको अथवा Rickets भई फाटिएको, धेरै चेप्टो पैताला भएको, प्रष्ट बोली नभएको/भकभके, लठ्यौरो, दांत झरेको/२ वटा भन्दा बढी दांत किराले खाएको, ढाड कुप्रो भएको, शरीर पूरा झुकाउन नसक्ने, जिउ कोल्टे परेको, दुवी भएको, एक तिहाई भन्दा बढी कपाल झरेको, फुलेको वा रंगाएको, उचाई अनुसार हुनुपर्ने तौल भन्दा बढी तौल भएको, आँखा डेढो भएको, Colour blind भएको, शरीर मोटो तर हात खुट्टा झिनो देखिने, अनुहारमा १×१ से.मी. भन्दा ठुलो काटेको, पोलेको वा अन्य कुनै किसिमको दागहरू भएको, शरीरमा ट्याटु मार्क २.५×२.५ से.मी. भन्दा ठुलो बनाएको, नशा फुल्ने वा भेरिकोच भएको ।			

द्रष्टव्यः-
प्रथम चरणको प्रारम्भिक शारीरिक परीक्षणबाट छनौट भएका उम्मेदवारहरुलाई मात्र द्वितीय चरणको शारीरिक सहिष्णुता परीक्षामा सम्मिलित गराइनेछ ।

२. द्वितीय चरण :– शारीरिक सहिष्णुता परीक्षा

(अ) पुरुषको लागि (पुर्णाङ्क १००) :

परीक्षाको विवरण	३०० मिटर दौड (पुर्णाङ्क २०)			२ माईल दौड (पुर्णाङ्क २०)			सिट अप (पुर्णाङ्क २०)			पुस अप (पुर्णाङ्क २०)			चिन अप (पुर्णाङ्क २०)		
	४५ सेकेण्ड	४८ सेकेण्ड	५० सेकेण्ड	१४ मिनेट	१५ मिनेट	१६ मिनेट	२५ पटक	२० पटक	१५ पटक	२५ पटक	२० पटक	१५ पटक	१० पटक	८ पटक	५ पटक
अंकभार	२०	१५	१०	२०	१५	१०	२०	१५	१०	२०	१५	१०	२०	१५	१०

(आ) महिलाको लागि (पुर्णाङ्क १००) :

परीक्षाको विवरण	३०० मिटर दौड (पुर्णाङ्क २५)			२ माईल दौड (पुर्णाङ्क २५)			सिट अप (पुर्णाङ्क २५)			पुस अप (पुर्णाङ्क २५)		
	५५ सेकेण्ड	५८ सेकेण्ड	६० सेकेण्ड	१८ मिनेट	१९ मिनेट	२० मिनेट	९ पटक	७ पटक	५ पटक	९ पटक	७ पटक	५ पटक
अंकभार	२५	१८.७५	१२.५	२५	१८.७५	१२.५	२५	१८.७५	१२.५	२५	१८.७५	१२.५

द्रष्टव्यः-
द्वितिय चरणको शारीरिक सहिष्णुता परीक्षामा उत्तिर्ण भएका उम्मेदवारहरुलाई मात्र तृतीय चरणको विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षणमा सम्मिलित गराइनेछ । तर कुनै एक इभेण्टमा न्युनतम उत्तीर्णाङ्क प्राप्त नगर्ने उम्मेदवारहरुलाई उत्तीर्ण गराईने छैन ।

३. तृतीय चरण :– विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षण

विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षणमा सशस्त्र प्रहरी बल प्रधान कार्यालयद्वारा तोकिएको चिकित्सकबाट निम्नानुसारको परीक्षण गरिनेछ।

1. General personalty observation
2. Medical
3. General Physic (Surgical)
4. Dental
5. Chest (X-ray report)
6. ENT
7. Eye test (DV/CV)
8. BP
9. Blood (HB,TC,DC,ALB,SUG,M/E)
10. Pregenency (For Female Candidate Only)

द्रष्टव्य:-

तृतीय चरणको विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षणबाट छनौट भएका उम्मेदवारहरुलाई मात्र चतुर्थ चरणको लिखित परीक्षामा सम्मिलित गराइनेछ।

४. चतुर्थ चरण :– लिखित परीक्षा (पूर्णाङ्क १००)

लिखित परीक्षा लोक सेवा आयोगबाट संचालन हुनेछ। (उत्तीर्णाङ्क ४०)

विषय	खण्ड	अङ्क	पूर्णाङ्क	उत्तीर्णाङ्क	परीक्षा प्रणाली	विषयबस्तु	प्रश्न संख्या र अङ्कभार	समय
नेपाली	क	३०	१००	४०	विषयगत	व्याकरण (काल, नाम, सर्वनाम, विशेषण र क्रियापद) बारेमा सामान्य जानकारी	५X२ =१०	३ घण्टा
						नेपालीबाट अंग्रेजीमा अनुवाद (साधारण बाक्य)	५X२ =१०	
						निबन्ध/पत्र लेखन	१X१० =१०	
अंग्रेजी	ख	२०			विषयगत	Grammer (Article, Preposition, Adjective, Verb, Adverb, Tense) बारेमा सामान्य जानकारी	५X२ =१०	
						Simple sentence translation English to Nepali (Present, Past, Future Tense)	५X२ =१०	
गणित	ग	२०			विषयगत	साधारण जोड	५X१ =५	
						साधारण घटाउ	५X१ =५	
						साधारण गुणन	५X१ =५	
						साधारण भाग	५X१ =५	
सेवा सम्बन्धी	घ	३०			बस्तुगत	सशस्त्र प्रहरीको संगठनात्मक ढाँचा	१५X२ =३०	
						सशस्त्र प्रहरी ऐन, २०५८		
						सशस्त्र प्रहरी नियमावली, २०७२		

द्रष्टव्य:-

चतुर्थ चरणको लिखित परीक्षाको नतिजा सम्बन्धमा लोक सेवा आयोगबाट प्राप्त नतिजा विवरण प्रकाशन गरिने छ।

५. पाँचौ चरण :– विशेष स्वास्थ्य परीक्षण

विशेष स्वास्थ्य परीक्षणमा सशस्त्र प्रहरी बल प्रधान कार्यालयद्वारा तोकिएको चिकित्सकबाट निम्नानुसारको परीक्षण गरिनेछ।

1. HIV
2. Hepatitis B
3. Drugs Adict

६. छैटौ चरण :– अन्तर्वार्ता परीक्षा

अन्तर्वार्ता परीक्षा सशस्त्र प्रहरी सेवा आयोगका अधिकृत प्रतिनिधीहरुद्वारा लिईने छ।

द्रष्टव्य:-

छैटौ चरणको अन्तर्वार्ता समाप्त पश्चात अन्तिम नतिजा प्रकाशन सम्बन्धमा उल्लेखित अंकभार रहेको शारीरिक सहिष्णुता परीक्षाको प्राप्ताङ्क, लोक सेवा आयोगबाट संचालन गरिएको लिखित परीक्षाको प्राप्ताङ्क र अन्तर्वार्ता परीक्षाको प्राप्ताङ्क समेत जोडी हुन आउने कुल अंकको आधारमा माग भएको रिक्त पद संख्या अनुसार अन्तिम नतिजा प्रकाशन गरिने छ।

नोट :

१. लिखित परीक्षाको माध्यम भाषा नेपाली वा अंग्रेजी अथवा नेपाली र अंग्रेजी दुवै हुनेछ।

२. चरणबद्ध रुपमा प्रारम्भिक शारीरिक परीक्षण, शारीरिक सहिष्णुता परीक्षा, विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षण, लिखित परीक्षा, विशेष स्वास्थ्य परीक्षण र अन्तर्वार्ता परीक्षा संचालन गरिने छ।

३. पाठ्यक्रम लागू मिति :- २०७५।५।१ गते।