

काठमाडौं महानगरपालिका कार्यालय  
नगर प्रहरी जवान (सहायक स्तर द्वितीय)  
खुल्ला तर्फको पाठ्यक्रम

**परीक्षाको किस्म**

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

**१. पहिलो चरण**

**लिखित परीक्षा योजना**

खण्ड	विषय	अङ्कभार	पूर्णाङ्क	उत्तिर्णाङ्क	परीक्षा प्रणाली	प्रश्न संख्या र अंकभार	समय
'क'	नेपाली रचना	२०	१००	४०	विषयगत	नेपाली लेखन (२ प्रश्न × ७.५ अङ्क = १५) नेपाली व्याकरण (५ प्रश्न × १ अङ्क = ५)	२ घण्टा
'ख'	अंग्रेजी	१५				(३ प्रश्न × २ अङ्क = ६) (३ प्रश्न × ३ अङ्क = ९)	
'ग'	गणित	२५				(५ प्रश्न × २ अङ्क = १०) (५ प्रश्न × ३ अङ्क = १५)	
'घ'	सामान्य ज्ञान र बौद्धिक परीक्षा (आई.क्यू.)	४०			वस्तुगत : बहुवैकल्पिक प्रश्न (MCQs) सामान्य ज्ञान (३० प्रश्न × १ अङ्क = ३०) बौद्धिक परीक्षा (आई.क्यू.) (१० प्रश्न × १ अङ्क = १०)		

- लिखित परीक्षामा उत्तीर्ण उम्मेदवारलाई मात्र पछिल्ला चरणका परीक्षामा सहभागी गराइने छ ।
-

## लिखित परीक्षाको पाठ्यक्रम

पूर्णाङ्क : १००

उत्तीर्णाङ्क : ४०

समय : २ घण्टा

### खण्ड - "क" नेपाली - २० अङ्क

#### १. नेपाली लेखन

लामो उत्तर (२ प्रश्न × ७.५ अङ्क = १५)

- (क) राष्ट्रिय गान
- (ख) निबन्ध लेखन
- (ग) चिठ्ठी लेखन
- (घ) निवेदन

#### २. नेपाली व्याकरण

छोटो उत्तर (५ प्रश्न × १ अङ्क = ५)

- (क) सामान्य नेपाली व्याकरण (काल, नाम, सर्वनाम) सम्बन्धी सामान्य जानकारी
- (ख) शब्दार्थ - (प्रचलित नेपाली शब्दको अर्थ)
- (ग) वाक्यमा प्रयोग - (प्रचलित शब्दको वाक्यमा प्रयोग)
- (घ) विपरीतार्थक शब्द - (प्रचलित शब्दको विपरित अर्थ)
- (ङ) शुद्ध लेखन - (अशुद्ध गरी लेखिएको वाक्यलाई शुद्ध गरी लेख्ने)

### खण्ड "ख" अंग्रेजी- १५ अङ्क

#### 1. Group 'A'

(३ प्रश्न × २ अङ्क = ६)

Basic skill and knowledge in English

- a. Simple sentence translation (English to Nepali and Nepali to English)
- b. Fill in the blank (article, preposition, adjective, verbs, adverbs)

#### 2. Group 'B'

(३ प्रश्न × ३ अङ्क = ९)

- a. Simple sentence making
- b. Word Meaning
- c. Matching different words according to their suitable words/groups

### खण्ड "ग" गणित- २५ अङ्क

#### १. प्रथम खण्ड

(५ प्रश्न × २ अङ्क = १०)

- (क) जोड
- (ख) घटाउ
- (ग) भाग
- (घ) गुणन
- (ङ) अंक र अक्षरमा लेखन

#### २. द्वितीय खण्ड

(५ प्रश्न × ३ अङ्क = १५)

- (क) प्रतिशत
- (ख) सरलीकरण
- (ग) ऐकिक नियम
- (घ) नाफा, नोक्सान र साधारण व्याज

## खण्ड “घ” सामान्य ज्ञान तथा बौद्धिक परीक्षण - ४० अङ्क

### (अ) सामान्य ज्ञान

(३० प्रश्न × १ अङ्क = ३०)

- (क) नेपालको ऐतिहासिक सम्बन्धी सामान्य जानकारी
- ऐतिहासिक, धार्मिक तथा पर्यटकीय दृष्टिले नेपालका महत्वपूर्ण स्थलहरू ।
  - किराँत, लिच्छवी, मल्ल र नेपालको आधुनिक इतिहास ।
- (ख) नेपालको भूगोल सम्बन्धी ज्ञान
- क्षेत्रफल, सिमाना, भौगोलिक र राजनैतिक विभाजन ।
  - नदी तथा हावापानीको आधारमा नेपाललाई विभाजन ।
  - नेपालका प्रमुख शिखर, नदी, ताल, कुण्ड, भन्ज्याङ्ग र भरनाहरू ।
  - नेपालमा पाईने बन तथा बनस्पति
  - संरक्षित जनावर तथा जडिबुटी ।
  - नेपालका राष्ट्रिय निकुञ्ज तथा संरक्षित क्षेत्र ।
- (ग) नेपालमा प्रचलित धर्म, भाषा, संस्कृति जातजाती र जनसंख्या सम्बन्धी ज्ञान
- (घ) नेपालको वर्तमान संविधान - (जारी मिति, भाग/धारा र अनुसूची संख्या)
- (ङ) नगर प्रहरी सम्बन्धी सामान्य जानकारी
- नगर प्रहरीको कार्यहरू सम्बन्धी ।
  - नगर प्रहरीको दर्जा सम्बन्धी ।
  - नगर प्रहरी विनियमावली, २०७२
  - ट्राफिक सम्बन्ध- (ट्राफिक चिन्ह, सडक संकेत र ट्राफिक नियम)
  - शहरी सुव्यवस्थामा नगर प्रहरीको भूमिका
- (च) महत्वपूर्ण समसामयिक राष्ट्रिय घटनाहरू जस्तै: आर्थिक, सामाजिक, राजनैतिक, खेलकूद र मानवअधिकार

### (आ) बौद्धिक परीक्षण (आई.क्यू.)

(१० प्रश्न × १ अङ्क = १०)

- शाब्दिक तथा शाब्दिक अनुक्रम, समरूपता, वर्गीकरण, कोडिङ - डिकोडिङ, मिल्दो नमिल्दो छुट्टयाउने, दिशा र दुरी ज्ञान सम्बन्धी परीक्षण

## २. दोश्रो चरण

### प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण परीक्षा

- प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण परीक्षामा अयोग्य हुने अवस्थाहरू

- |  |   |
|--|---|
| १. अंगभंग/कुरूप देखिने   | १२. लुरे (उचाई अनुसार अत्याधिक दुब्लो) कम्तीमा ५० के.जी.पुरुष र ४२ के.जी. महिला |
| २. हात खुट्टा बाङ्गो-टिङ्गो र औंलाहरू ठिक नभएको                          | १३. आँखा डेढो भएको  |
| ३. घुंटा Knee Lock भएको अथवा Rickets भइ फाटिएको (K2 र K2) भन्दा माथिको । | १४. कुनै एक आँखा चिम्लन नसक्ने  |
| ४. धेरै चेप्टो पैताला भएको (भालु पाईले)                                  | १५. उचाई अनुसार हुनुपर्ने तौल भन्दा अत्याधिक बढी तौल भएको                       |
| ५. प्रष्ट बोली नभएको/भकभके   | १६. शरीर मोटो तर हात खुट्टा भिनो देखिने   |
| ६. लठ्ठैरो   | १७. अनुहारमा अस्वाभाविक दागहरू भएको   |
| ७. ढाड कुप्रो भएको   | १८. शरीरको बाहिर देखिने भागमा ट्याटु मार्क बनाएको                               |
| ८. शरीर पुरा भुकाउन नसक्ने   | १९. २ वटा भन्दा बढी दाँत किराले खाएको वा भरेको                                  |
| ९. जिउ कोल्टे परेको (बाङ्गो शरीर भएको)                                   | २०. भेरिकोच वा नशा फुल्ने भएको  |
| १०. दुवी भएको  |   |
| ११. कपाल भरेको, फुलेको वा रंगाएको  |   |

## शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षा

ईभेन्टस्को नाम	पूर्णाङ्क	उत्तिर्णाङ्क	उच्चतम तथा न्यूनतम समय सीमा	
			पुरुषको लागि (उच्चतम तथा न्यूनतम)	महिलाको लागि (उच्चतम तथा न्यूनतम)
३०० मिटर दौड	२०.००	८.००	४५ सेकेण्ड - ५६ सेकेण्ड सम्म	५५ सेकेण्ड - ६७ सेकेण्ड सम्म
३.२ कि.मी.(२ माइल) दौड	३०.००	१२.००	१४ मिनेट - १८ मिनेट सम्म	१८ मिनेट - २२ मिनेट सम्म
लड जम्प	१०.००	४.००	१५ फिट - ११ फिट सम्म	१३ फिट - ९ फिट सम्म
हाई जम्प	१०.००	४.००	४.५ फिट - ३ फिट सम्म	३.५ फिट - २ फिट सम्म
सिट अप	१०.००	४.००	२० पटक - १२ पटक सम्म	१५ पटक - ५ पटक सम्म
पुस अप	१०.००	४.००	२० पटक - १० पटक सम्म	१४ पटक - ४ पटक सम्म
चिन अप	१०.००	४.००	१२ पटक - ५ पटक सम्म	३ पटक - १ मिनेटसम्म भ्रुण्डिन सक्ने
<b>कुल जम्मा</b>	<b>१००</b>	<b>४०</b>	-	-

**नोट :- कुनै पनि ईभेन्टमा अनुत्तिर्ण हुने उम्मेदवारहरुलाई 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 से. सम्म	१८.००	५७ से. सम्म
३	४९ से. सम्म	१६.००	५९ से. सम्म
४	५१ से. सम्म	१४.००	६१ से. सम्म
५	५३ से. सम्म	१२.००	६३ से. सम्म
६	५४ से. सम्म	१०.००	६५ से. सम्म
७	५६ से. भित्र सम्म	८.००	६७ से. भित्र सम्म
८	५६ से. भन्दा बढी	अनुत्तिर्ण	६७ से. भन्दा बढी

### (२) ३.२ कि.मि. (२ माइल) दौड

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

### (३) लड जम्प

क्र.सं.	पुरुषको लागि दुरी	पुरुष/महिला अंक: १०.००	महिलाको लागि दुरी
१	१४ फिट सम्म वा सो भन्दा माथि	१०.००	१३ फिट सम्म वा सो भन्दा माथि
२	१४ फिट सम्म	८.५०	१२ फिट सम्म
३	१३ फिट सम्म	७.००	११ फिट सम्म
४	१२ फिट सम्म	५.५०	१० फिट सम्म
५	११ फिट सम्म	४.००	९ फिट सम्म
६	११ फिट सम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तिर्ण	९ फिट सम्म पनि गर्न नसक्ने
तीन पटक सम्म प्रयास गर्न पाउने			

(४) हाई जम्प

क्र.सं.	पुरुषको लागि दुरी	पुरुष/महिला अंक: १०.००	महिलाको लागि दुरी
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
५	३ फिट सम्म पनि नसक्ने	अनुत्तीर्ण	२ फिट सम्म पनि नसक्ने
तीन पटकसम्म प्रयास गर्न पाउने			

(५) सिट अप

क्र.सं.	पुरुषको लागि दुरी	पुरुष/महिला अंक: १०.००	महिलाको लागि दुरी
१	२० पटक वा सोभन्दा माथि	१०.००	१५ पटक वा सोभन्दा 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

(६) पुस अप

क्र.सं.	पुरुषको लागि दुरी	पुरुष/महिला अंक: १०.००	महिलाको लागि दुरी
१	२० पटक वा सोभन्दा माथि	१०.००	१४ पटक वा सोभन्दा माथि
२	१७ पटक सम्म	८.००	११ पटक सम्म
३	१४ पटक सम्म	६.००	८ पटक सम्म
४	१०२ पटक सम्म	४.००	४ पटक सम्म
५	१० पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	४ पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने

(७) चिनअप/पुलअप

क्र.सं.	पुरुषको लागि दुरी	पुरुष/महिला अंक: १०.००	महिलाको लागि दुरी
१	१२ पटक वा सोभन्दा माथि	१०.००	३ पटक वा सोभन्दा 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	१ मिनेट सम्म झुण्डिन सक्ने
५	५ पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	४ मिनेट सम्म पनि झुण्डिन नसक्ने

**३. तेस्रो चरण : विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षण परीक्षा**

- नगर प्रहरी जवान पदको विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षण परीक्षाको मापदण्ड नेपाल प्रहरीको लागि निर्धारण गरिएको मापदण्डको आधारमा काठमाडौं महानगरपालिका पदपूर्ति समितिले तोके बमोजिम हुनेछ ।

**४. चौथो चरण : अन्तस्वार्ता परीक्षा**

द्रष्टव्य: यो पाठ्यक्रम पदपूर्ति समितिले स्वीकृत गरेको मितिदेखि लागू हुनेछ ।