

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

प्रहरी कार्यालय सहयोगी पदको पाठ्यक्रम

परीक्षाको किसिम

क्र.सं.	चरण	विवरण	पूर्णाङ्क	उत्तीर्णाङ्क
१.	प्रथम	(क) प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण परीक्षा	-	तोकिएको सबै मापदण्डमा FIT हुनु पर्ने ।
		(ख) शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षण परीक्षा	४०	१६
२.	दोस्रो	विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षण परीक्षा	-	तोकिएको सबै मापदण्डमा FIT हुनु पर्ने ।
३.	तेस्रो	प्रयोगात्मक परीक्षा	५०	२०
४.	चौथो	मौखिक (अन्तर्वार्ता)	१०	-

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	२०० मि.दौड	सिट अप	पुस अप	चिन अप/ पुलअप	२ कि.मी. दौड	शारीरिक सुगठन	जम्मा अंक
पूर्णाङ्क	५	५	५	५	१५	५	४०
उत्तीर्णाङ्क	२	२	२	२	६	२	१६

नोट:-

- शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षाको अंकभार परिशिष्ट (क) बमोजिम हुनेछ ।
- कुनै पनि ईभेन्टमा अनुत्तीर्ण हुने उम्मेदवारलाई सो भन्दा पछि हुने ईभेन्टमा सहभागी गराइने 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 : प्रयोगात्मक परीक्षा योजना:-

सि.नं.	कार्य क्षेत्र	प्रयोगात्मक परीक्षामा परीक्षण गरिने विषयहरू
१.	मालि/बगैंचे	<ul style="list-style-type: none"> फुलको बेर्ना सार्ने, गोडमेल, कलमी तथा मलखाद हाल्न लगाउने । फुलको हेरचाह गर्दा अपनाउनु पर्ने सावधानीहरू अपनाउन लगाउने ।
२.	भान्छे	<ul style="list-style-type: none"> नेपाली खाना तथा चाडवाड अनुसार तयार गर्नुपर्ने परिकार र परिकार तयार पार्ने । व्यक्तिगत, भांडा कुंडा, स्टोर एवं भान्छा सरसफाई, Apron प्रयोग आदि । खाना पकाउदा अपनाउनु पर्ने सावधानी । (Apron प्रयोग, व्यक्तिगत, स्टोर एवं औजार प्रयोग गर्ने) ।
३.	हजाम	<ul style="list-style-type: none"> कपाल तथा दाही बनाउदा आवश्यक पर्ने सामग्रीहरू (कैची, ब्लेड, सफा पानी, सेभिङ्गक्रिम, डिटोल, आफ्टर सेभ, फिटकिरी, हेयर कटिङ मेशिनको प्रयोग सहि तरिकाले गरेको छ कि छैन हेर्ने) ।
४.	सिलाई बुनाई	<ul style="list-style-type: none"> प्रहरी कर्मचारीहरूको पोशाक-कोट पाईण्ट आदिनापाई, कटाई, सिलाई गर्न लगाउने । कपडा सिलाई लुज फिटिङ्ग, टाईट फिटिङ्ग धागोको चयन, कपडा अनुसारको टांका, टांक र टांकघर बुनाई, पोशाकका सामग्रीहरू जडान गर्न लगाउने ।
५.	सयस	<ul style="list-style-type: none"> घोडा सन्चालनको स्पर्श, बोली, इशाराहरूको प्रयोग गर्न लगाउने, घोडा हच्कने नहच्कने, घोडा विरामी तथा स्वस्थ पहिचान गरी जानकारी दिन लगाउने, घोडाको दाना पानी मात्रा मिलाई खुवाउन लगाउने, घोड सवारमा चाहिने सामग्रीहरूको जडान सहित घोड सवारी गर्ने, घोडा तथा तबेलाको सरसफाई गर्न लगाउने ।
६.	कुचिकार	<ul style="list-style-type: none"> कार्यालय परिसर तथा कार्यालय भित्र आवश्यक सरसफाई गर्न लगाउने । सरसफाई गर्दा प्रयोगमा ल्याईने व्यक्तिगत सुरक्षा औजार (Personal Safety Equipment) सामग्रीहरू प्रयोग गर्न लगाउने ।
७.	मोची	<ul style="list-style-type: none"> छालाजन्य पदार्थबाट बनेका प्रहरीसंग सम्बन्धित सामग्रीहरूको मर्मत गर्न लगाउने । जुत्ता सिलाउँदा आवश्यक पर्ने सामग्रीहरू, प्रयोग गर्ने शीप (सियो, बांख, धागो, मैन, मूर्कुच, फर्मा, पन्च, डेण्डाईट, छाला सिउने मेशिन, सांचो, लेदरबुट, ट्याक्सन बुट, सिलास्टीक, स्प्रिट, थिनर, सोल प्रेश मेशिन, सोल हिट) मेशिन चलाउन लगाउने ।
८.	धोवी	<ul style="list-style-type: none"> कपडाको धुलाई तथा सरसफाई गर्न लगाउने । कपडा अनुसारको ईस्त्री (आइरन) लगाउन लगाउने आदि ।
९.	सहयोगी भूमिकाका अन्य कार्य	<ul style="list-style-type: none"> कुनै विषयमा विशेष दक्षता हासिल गरेको (मेकानिकल, सवारी चालक, नृत्य, गायन तथा संगीत जस्ता विशेष प्रतिभा भएको), कार्यालय व्यवस्थापन सजावट, सरफाईमा दक्षता भएको, पत्र लेखन फाईलिङ्ग सम्बन्धी ज्ञान भएको, कार्यालयको सरसफाई सम्बन्धी विशेष ज्ञान भएको । अन्य समसामयिक विषय वस्तुहरू ।
१०.	खेलाडी	<ul style="list-style-type: none"> पदपूर्ति समितिद्वारा विभिन्न विधाका खेलकुद सम्बन्धी स्वीकृत पाठ्यक्रम अनुसार परीक्षा सञ्चालन हुने ।

नोट :

- उल्लेखित प्रयोगात्मक परीक्षामा पूर्णाङ्कको ६०% भन्दा बढि र ४०% भन्दा कम अंक प्रदान गर्नु पर्ने अवस्थामा परीक्षणमा संलग्न पदाधिकारीहरूबाट पर्याप्त आधार र कारण समेत खुलाउनु पर्नेछ ।
- तेस्रो चरणको प्रयोगात्मक परीक्षामा उत्तीर्ण हुने उम्मेदवारहरूलाई मात्र अन्तरवार्ता परीक्षामा सहभागी गराईने छ ।

४. चौथो चरण : मौखिक/अन्तर्वार्ता परीक्षा:-

- प्रहरी नियमावली (संशोधन सहित), २०७१ को नियम (१६) र प्रहरी सेवाको पदमा नियुक्ति र बढुवा गर्दा अपनाउनु पर्ने सामान्य सिद्धान्त, २०६९ को अनुसूची-१८ बमोजिम हुने ।
- शारीरिक तन्दुरुस्ती, प्रयोगात्मक र मौखिक/अन्तर्वार्ता परीक्षाको प्राप्ताङ्क जोडी प्रहरी नियमावली, २०७१ (संशोधन सहित) र प्रहरी सेवाको पदमा नियुक्ति र बढुवा गर्दा अपनाउनु पर्ने सामान्य सिद्धान्त, २०६९ बमोजिम अन्तिम नतिजा प्रकाशन गरिने छ ।

प्रहरी कार्यालय सहयोगीले गर्नु पर्ने कार्यहरू

सि.नं.	कार्य क्षेत्र	पूर्णाङ्क	प्रहरी कार्यालय सहयोगीले गर्नु पर्ने कामको प्रकृति
१.	मालि/बगैँचे	१००	नर्सरी तथा वर्गैँचा व्यवस्थापन सम्बन्धी कार्यहरू गर्नुका साथै वर्गैँचा तथा फुलहरूको हेरचाह सजावट आदि गर्नु पर्ने ।
२.	भान्छे	१००	प्रहरी मेसमा खाना पकाउने, भाँडाकुँडा सरसफाई गर्ने, भान्सा सरसफाई गर्ने तथा भान्सा व्यवस्थापनमा गर्नुपर्ने अन्य कार्यहरू गर्नु पर्ने ।
३.	हजाम	१००	प्रहरी कर्मचारीको कपाल काट्ने, दाही काट्ने तथा कपाल कटाईसँग सम्बन्धित अन्यकार्यहरू गर्ने ।
४.	सिलाई बुनाई	१००	प्रहरी कर्मचारीहरूको पोशाक सिलाई बुनाई, कटाई गर्नुका साथै सिलाईसँग सम्बन्धित अन्यकार्यहरू गर्नु पर्ने ।
५.	सयस	१००	घोडा सञ्चालनको स्पर्श, बोली, इशाराहरूको ज्ञान, घोडा हच्कने नहच्कने सम्बन्धी ज्ञान, घोडा विरामी तथा स्वस्थ पहिचान गरी जानकारी दिन सक्ने ज्ञान, घोडाको दाना पानी मात्रा मिलाई खुवाउन सक्ने ।
६.	कुचिकार	१००	प्रहरी कार्यालय, शौचालय, स्नानगृह तथा प्रहरी कार्यालय परिसर भित्रकुचो तथा झाडु लगाउने, सरसफाई गर्ने तथा सरसफाई सँग सम्बन्धीत अन्यकार्य गर्ने ।
७.	मोची	१००	प्रहरी कर्मचारीहरूले प्रयोग गर्ने छालाको जुत्ता मर्मत गर्ने, सिलाउने, रंग रोगन लगाउने तथा छालाजन्य पदार्थहरूबाट बनेका सरसामानको मर्मत सम्भार गर्ने ।
८.	धोवी	१००	प्रहरी कार्यालय, विद्यालय, अस्पताल भित्र आवश्यक पर्ने कपडाहरू धुने, इस्त्री लगाउने ।
९.	सहयोगी भूमिकाका अन्य कार्य	१००	कुनै विषयमा विशेष दक्षता हासिल गरेको (मेकानिकल, सवारी चालक, नृत्य, गायन तथा संगीत जस्ता विशेष प्रतिभा भएको), कार्यालय व्यवस्थापन सजावट, सरसफाईमा दक्षता भएको, पत्र लेखन फाईलिङ्ग सम्बन्धी ज्ञान भएको, कार्यालयको सरसफाई सम्बन्धी विशेष ज्ञान भएको ।
१०.	खेलाडी	१००	राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा हुने खेलकुद प्रतियोगिताहरूमा सहभागी भई खेल्नु पर्ने ।

परिशिष्ट-(क)

प्रहरी कार्यालय सहयोगी पदको शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षाको अंकभार

ईभेन्टस्	२०० मि.दौड	सिट अप	पुस अप	चिन अप/ पुलअप	२ कि.मी. दौड	शारीरिक सुगठन	जम्मा अंक
पूर्णाङ्क	५	५	५	५	१५	५	४०
उत्तीर्णाङ्क	२	२	२	२	६	२	१६

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

(१) २०० (दुई सय) मिटर दौड

क्र.सं.	पुरुषको लागि समयावधि	पुरुष/महिला अंक: ५.००	महिलाको लागि समयावधि
१.	२९ सेकेण्ड वा सो भन्दा कम	५.००	३६ सेकेण्ड वा सो भन्दा कम
२.	३० सेकेण्ड सम्म	४.५०	३७ सेकेण्ड सम्म
३.	३१ सेकेण्ड सम्म	४.००	३८ सेकेण्ड सम्म
४.	३२ सेकेण्ड सम्म	३.५०	३९ सेकेण्ड सम्म
५.	३३ सेकेण्ड सम्म	३.००	४० सेकेण्ड सम्म
६.	३४ सेकेण्ड सम्म	२.५०	४१ सेकेण्ड सम्म
७.	३५ सेकेण्ड भित्र सम्म	२.००	४२ सेकेण्ड भित्र सम्म
८.	३५ सेकेण्ड भन्दा बढी	अनुत्तीर्ण	४२ सेकेण्ड भन्दा बढी

(२) सिट अप

क्र.सं.	पुरुषको लागि पटक	पुरुष/महिला अंक: ५.००	महिलाको लागि पटक
१.	१५ पटक वा सो भन्दा माथि	५.००	१० पटक वा सो भन्दा माथि
२.	१२ पटक सम्म	४.००	८ पटक सम्म
३.	१० पटक सम्म	३.००	६ पटक सम्म
४.	८ पटक सम्म	२.००	४ पटक सम्म
५.	८ पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	४ पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने

(३) पुस अप

क्र.सं.	पुरुषको लागि पटक	पुरुष/महिला अंक: ५.००	महिलाको लागि पटक
१.	१५ पटक वा सो भन्दा माथि	५.००	१० पटक वा सो भन्दा माथि
२.	१२ पटक सम्म	४.००	८ पटक सम्म
३.	१० पटक सम्म	३.००	६ पटक सम्म
४.	८ पटक सम्म	२.००	४ पटक सम्म
५.	८ पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	४ पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने

(४) चिनअप/पुलअप

क्र.सं.	पुरुषको लागि पटक	पुरुष/महिला अंक: ५.००	महिलाको लागि पटक
१.	८ पटक वा सो भन्दा माथि	५.००	३ पटक वा सो भन्दा माथि
२.	६ पटक सम्म	४.००	२ पटक सम्म
३.	५ पटक सम्म	३.००	१ पटक सम्म
४.	२ पटक सम्म	२.००	३० सेकेण्ड सम्म झुण्डिन सक्ने
५.	२ पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	३० सेकेण्ड सम्म पनि झुण्डिन नसक्ने

(५) २ कि.मि. दौड

क्र.सं.	पुरुषको लागि समयावधि	पुरुष/महिला अंक: १५.००	महिलाको लागि समयावधि
१.	७ मिनेट ३० सेकेण्ड वा सो भन्दा कम	१५.००	८ मिनेट ३० सेकेण्ड वा सो भन्दा कम
२.	८ मिनेट सम्म	१४.००	९ मिनेट सम्म
३.	८ मिनेट ३० सेकेण्ड सम्म	१३.००	९ मिनेट ३० सेकेण्ड सम्म
४.	९ मिनेट सम्म	१२.००	१० मिनेट सम्म
५.	९ मिनेट ३० सेकेण्ड सम्म	११.००	१० मिनेट ३० सेकेण्ड सम्म
६.	१० मिनेट सम्म	१०.००	११ मिनेट सम्म
७.	१० मिनेट ३० सेकेण्ड सम्म	९.००	११ मिनेट ३० सेकेण्ड सम्म
८.	११ मिनेट सम्म	८.००	१२ मिनेट सम्म
९.	११ मिनेट ३० सेकेण्ड सम्म	७.००	१२ मिनेट ३० सेकेण्ड सम्म
१०.	१२ मिनेट भित्र सम्म	६.००	१३ मिनेट भित्र सम्म
११.	१२ मिनेट भन्दा बढी	अनुत्तीर्ण	१३ मिनेट भन्दा बढी

शारीरिक सुगठन (अंक-५)

१. उचाई तौल अनुपात (BMI) तथा शारीरिक सुगठन/व्यक्तित्वको आधारमा अंक प्रदान हुने ।
२. अंक प्रदान गर्दा पूर्णाङ्क ५ को बढीमा ९० प्रतिशत (४.५ अंक) तथा कम्तीमा ४० प्रतिशत (२ अंक) प्रदान गर्न सकिनेछ ।
३. यस महलको अंक प्रदान बोर्ड अध्यक्ष वा निजले तोकेको निजको प्रतिनिधि सदस्यले अन्य परीक्षा लिन सहभागी सदस्यहरूको परामर्शमा प्रदान गर्नेछन् ।