सशस्त्र प्रहरी बल प्रधान कार्यालय
मानवश्रोत विकास विभाग,
सशस्त्र प्रहरी परीचर पदको प्रतियोगितात्मक परीक्षाको पाठयक्रम

परीक्षा योजना (Examination Scheme) निम्नानुसार चरणमा हुनेछ :

चरण	विषय	पूर्णाङ्क	उत्तिर्णाङ्क
प्रथम चरण	प्रारम्भिक शारीरिक उपरीक्षण	-	-
द्वितीय चरण	विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षण	-	-
तृतीय चरण	शारीरिक सहिष्णुता परीक्षा	१००	-
चतुर्थ चरण	प्रयोगात्मक परीक्षा	१००	३५%
पाँचौ चरण	विशेष स्वास्थ्य परीक्षण	-	-
छैटौ चरण	अन्तर्वार्ता परीक्षा	२०	-

१. प्रथम चरण :– प्रारम्भिक शारीरिक परीक्षण

विवरण	पुरुष		महिला	
	उत्तिर्ण	अनुत्तिर्ण	उत्तिर्ण	अनुत्तिर्ण
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 कन्तिमा ३२ ईन्च । कम्तिमा २ ईन्च फुलाउनु पर्ने ।	नफुलाउदा कम्तिमा ३० ईन्च भन्दा कम भएको । कम्तिमा २ ईन्च फुलाउन नसक्ने	नपर्ने	नपर्ने
साधारण बियरिङ्ग	**वियरिङ्गमा फेल हुने कारणहरु**			
	अंगभंग/कुरूप देखिने/लुरे	हात खुट्टा बाङ्गो-टिङ्गो र औंलाहरू ठिक नभएको	घुंडा Knee Lock भएको अथवा Rickets भई फाटिएको	धैरै 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	कपाल झरेको, फुलेको वा रंगाएको
	उचाई अनुसार हुनुपर्ने तौल भन्दा बढी तौल भएको	आँखा डेढो भएको	एक आँखा चिम्लन नसक्ने/ Colour blind भएको	उमेर अनुसार नभई ज्यादै छिप्पड देखिन
	शरीर मोटो तर हात खुट्टा झिनो देखिने	अनुहारमा अस्वाभाविक दागहरू भएको	शरीरमा ट्याटु मार्क २X२ ईन्च भन्दा ठुलो बनाएको	भेरिकोच वा नशा फुल्ने भएको

द्रष्टव्य:-
प्रथम चरणको प्रारम्भिक शारीरिक परीक्षणबाट छनौट भएका उम्मेदवारहरुलाई मात्र द्वितीय चरणको विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षामा सम्मिलित गराइनेछ ।

२. द्वितीय 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:-
द्वितीय चरणको विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षणबाट छनौट भएका उम्मेदवारहरुलाई मात्र शारीरिक सहिष्णुता परीक्षामा सम्मिलित गराइनेछ ।

३. तृतीय 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)		
	५० सेकेण्ड	५३ सेकेण्ड	५५ सेकेण्ड	१६ मिनेट	१७ मिनेट	१८ मिनेट	२० पटक	१५ पटक	१० पटक	२० पटक	१५ पटक	१० पटक	८ पटक	६ पटक	३ पटक
अंकभार	२०	१८	१६	२०	१८	१६	२०	१८	१६	२०	१८	१६	२०	१८	१६

(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)		
	६० सेकेण्ड	६२ सेकेण्ड	६५ सेकेण्ड	२० मिनेट	२१ मिनेट	२२ मिनेट	७ पटक	५ पटक	३ पटक	७ पटक	५ पटक	३ पटक
अंकभार	२५	२२.५	२०	२५	२२.५	२०	२५	२२.५	२०	२५	२२.५	२०

द्रष्टव्य:-

तृतीय चरणको निम्न अंकभार भएको शारीरिक सहिष्णुता परीक्षाबाट छनौट भएका उम्मेदवारहरुलाई मात्र चतुर्थ चरणको प्रयोगात्मक परीक्षामा सम्मिलित गराइने छ । तर कुनै एक ईभेन्टमा न्यूनतम उत्तिर्णाङ्क प्राप्त नगर्ने उम्मेदवारहरुलाई उत्तिर्ण गराईने छैन ।

४. चतुर्थ चरण :– प्रयोगात्मक परीक्षा

विज्ञापनमा माग भए बमोजिमको ट्रेडसंग सम्बन्धित विज्ञद्वारा यो परीक्षा लिईने छ ।

द्रष्टव्य:-

प्रयोगात्मक परीक्षाको नतिजा प्रकाशन गर्दा शारीरिक सहिष्णुता परीक्षा र प्रयोगात्मक परीक्षामा प्राप्त गरेको अंक जोडी हुन आउने कूल अंकको आधारमा माग भएको रिक्त पद संख्यामा सशस्त्र प्रहरी सेवाको पदमा नियूक्ती बढुवा गर्दा अपनाउनु पर्ने सामान्य सिद्धान्त, २०६४ को अनुसूचि १८ (क) अनुसारको संख्या थप गरी नतिजा प्रकाशन गरिने छ र सफल उम्मेदवारहरुलाई मात्र विशेष स्वास्थ्य परीक्षण र अन्तर्वार्ता परीक्षामा सहभागी गराईने छ ।

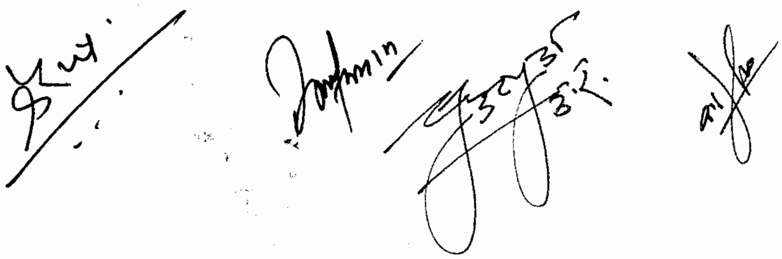
५. पाँचौ चरण :– विशेष स्वास्थ्य परीक्षण

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 ।

नोट :

१. चरणबद्ध रुपमा प्रारम्भिक शारीरिक परीक्षण, विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षण, शारीरिक सहिष्णुता परीक्षा, प्रयोगात्मक परीक्षा, विशेष स्वास्थ्य परीक्षण र अन्तर्वार्ता परीक्षामा सहभागी भएका उम्मेदवारहरुको शारीरिक सहिष्णुता परीक्षा, प्रयोगात्मक परीक्षा र अन्तर्वार्ता परीक्षाको प्राप्ताङ्क जोडी छुट्टा छुट्टै ट्रेडको योग्यताक्रम अनुसार अन्तिम नतिजा प्रकाशित गरिनेछ ।