

सशस्त्र प्रहरी बल प्रधान कार्यालय
मानवश्रोत विकास विभाग,
प्राविधिक तर्फ अन्य दर्जा (स.प्र.ज. देखि स.प्र.ह.सम्म) को प्रतियोगितात्मक परीक्षाको पाठ्यक्रम
परीक्षा योजना (Examination Scheme) निम्नानुसार चरणमा हुनेछ :

चरण	विषय	पूर्णाङ्क	उत्तिर्णाङ्क
प्रथम चरण	प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण	-	-
द्वितीय चरण	शारीरिक सहिष्णुता तथा बाधापार परीक्षा	-	-
तृतीय चरण	विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षण	-	-
चतुर्थ चरण	लिखित परीक्षा	५०	१७.५
	प्रयोगात्मक परीक्षा	५०	१७.५
पाँचौ चरण	अन्तर्वार्ता परीक्षा	२०	-

१. प्रथम चरण :- प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण

विवरण	पुरुष		महिला	
	उत्तीर्ण	अनुत्तीर्ण	उत्तीर्ण	अनुत्तीर्ण
उचाई	६२ इन्च वा सो भन्दा माथी	६२ इन्च भन्दा कम	६० इन्च वा सो भन्दा माथी	६० इन्च 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 इन्च, फुलाउदा कम्तिमा ३२ इन्च । कम्तिमा २ इन्च फुलाउनु पर्ने ।	नफुलाउदा कम्तिमा ३० इन्च भन्दा कम भएको । कम्तिमा २ इन्च फुलाउन नसक्ने	नपर्ने	नपर्ने
साधारण बियरिङ्ग	वियरिङ्गमा अनुत्तीर्ण हुने कारणहरु			
	अंगभंग / कुरूप देखिने/ लुरे	हात खुट्टा बाङ्गो-टिङ्गो र औलाहरु ठिक नभएको	घुडा Knee Lock भएको अथवा Rickets भई फाटिएको	धेरै चेप्टो पैत्राला भएको
	प्रष्ट बोली नभएको/ भकभके	लठ्यौरो	दाँत भरेको/ २ वटा भन्दा बढी दाँत किराले खाएको	डाड कुप्रो भएको
	शरीर पूरा झुकाउन नसक्ने	जिउ कोल्टे परेको	दुवी भएको	कंधाल भरेको, फुलेको वा रंगाएको
	उचाई अनुसार हुनुपर्ने तौल भन्दा बढी तौल भएको	आँखा डेढो भएको	वायाँ आँखा चिम्लन नसक्ने/ Colour blind भएको	उमेर अनुसार नभई ज्यादै छिप्पड देखिने
	शरीर मोटो तर हात खुट्टा भिनो देखिने	अनुहारमा अस्वाभाविक दागहरु भएको	शरीरमा ट्याटु मार्क २X२ इन्च भन्दा ठुलो बनाएको	भेरिकोच वा नशा फुल्ने भएको

द्रष्टव्य:-

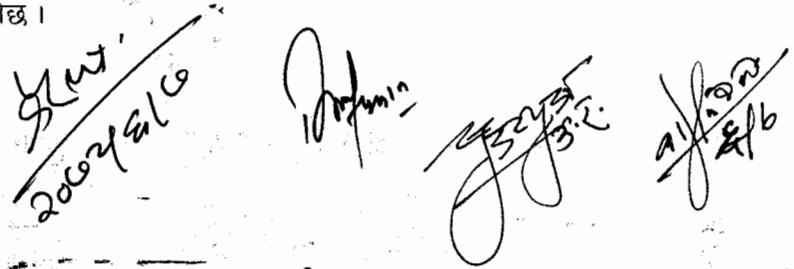
प्रथम चरणको प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षणबाट छनौट भएका उम्मेदवारहरुलाई मात्र द्वितीय चरणको शारीरिक सहिष्णुता तथा बाधापार परीक्षामा सम्मिलित गराइनेछ ।

२. द्वितीय चरण :- शारीरिक सहिष्णुता परीक्षा

विवरण	पुरुष		महिला	
	उत्तीर्ण	अनुत्तीर्ण	उत्तीर्ण	अनुत्तीर्ण
३०० मीटर दौड	५५ सेकेन्ड सम्म	५५ सेकेन्ड भन्दा माथी	६५ सेकेन्ड सम्म	६५ सेकेन्ड भन्दा माथी
सिट-अप	१० पटक वा सो भन्दा माथी	१० पटक भन्दा कम	३ पटक वा सो भन्दा माथी	३ पटक भन्दा कम
पुस-अप	१० पटक वा सो भन्दा माथी	१० पटक भन्दा कम	३ पटक वा सो भन्दा माथी	३ पटक भन्दा कम
२ माइल दौड (३२०० मीटर)	१८ मीनेट सम्म	१८ मीनेट भन्दा माथी	२२ मीनेट सम्म	२२ मीनेट भन्दा माथी

द्रष्टव्य:-

द्वितीय चरणको शारीरिक सहिष्णुता तथा बाधापार परीक्षाबाट छनौट भएका उम्मेदवारहरुलाई मात्र तृतीय चरणको विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षणमा सम्मिलित गराइनेछ ।



 २०७५/६/७

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. Pregneny (For Female Candidate Only) |

द्रष्टव्य:-

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

नोट : चरणबद्ध रूपमा प्रारम्भिक शारीरिक परीक्षण, शारीरिक सहिष्णुता परीक्षा, विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षण, लिखित परीक्षा, प्रयोगात्मक परीक्षा, विशेष स्वास्थ्य परीक्षण र अन्तर्वार्ता परीक्षामा सहभागी भएका उम्मेदवारहरूको लिखित परीक्षा, प्रयोगात्मक परीक्षा, अन्तर्वार्ता र शैक्षिक योग्यतावापतको प्राप्तो जोडी छुट्टा छुट्टै ट्रेडको योग्यताक्रम अनुसार अन्तिम नतिजा प्रकाशित गरिनेछ ।

श्री. व. /
2062/1/16

Signature
S. C.

Signature