

**प्रहरी प्रधान कार्यालय  
मानवश्रोत एवं प्रशासन विभाग,  
भर्ना तथा छनौट महाशाखा, नक्साल**

**आवास तथा भौतिक इन्जिनियरिङ तर्फको प्राविधिक प्रहरी जवान पढाईको पाठ्यक्रम  
परीक्षाको किस्ता**

| क्र.सं. | चरण        | विवरण                                | पूर्णाङ्क | उत्तीर्णाङ्क |
|---------|------------|--------------------------------------|-----------|--------------|
| १.      | प्रथम चरण  | प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण परीक्षा | -         | -            |
|         |            | शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षण परीक्षा  | १००       | ४०           |
| २.      | दोस्रो चरण | विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षण परीक्षा    | -         | -            |
| ३.      | तेस्रो चरण | लिखित परीक्षा                        | १००       | ४०           |
| ४.      | चौथो चरण   | प्रयोगात्मक परीक्षा                  | ५०        | २०           |
| ५.      | पाँचौ चरण  | अन्तर्वार्ता परीक्षा                 | २०        |              |

**१. प्रथम चरण**

- प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण परीक्षा : प्रहरी सेवाको पदमा नियुक्ति र बढुवा गर्दा अपनाउनु पर्ने सामान्य सिद्धान्त २०६९ को अनुसूची ६ बमोजिम हुने ।
- शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षा

| ईभेन्ट्स     | ३०० मि.दौड | लड जम्प | हाई जम्प | सिट अप | पुस अप | चिन अप/पुलअप | ३.२ कि.मी. (२ माईल) दौड | जम्मा अंक |
|--------------|------------|---------|----------|--------|--------|--------------|-------------------------|-----------|
| पूर्णाङ्क    | २०         | १०      | १०       | १०     | १०     | १०           | ३०                      | १००       |
| उत्तीर्णाङ्क | ८          | ४       | ४        | ४      | ४      | ४            | १२                      | ४०        |

**नोट:-**

- शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षाको अंकभार परिशिष्ट (क) बमोजिम हुनेछ (अन्तिम पृष्ठमा समावेश) ।
- कुनै पनि ईभेन्टमा अनुत्तीर्ण हुने उम्मेदवारहरूलाई सो भन्दा पछि हुने ईभेन्टमा सहभागी गराईने 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**

**लिखित परीक्षा योजना**

| पत्र    | खण्ड | विषय                            | अङ्कभार | परीक्षा प्रणाली                        | प्रश्न संख्या र अंकभार  | समय                 |
|---------|------|---------------------------------|---------|--|---|---------------------|
| प्रथम   | क    | नेपाली रचना                     | १०      | विषयगत/वस्तुगत/<br>बहु-वैकल्पिक प्रश्न | नेपाली लेखन<br>(१ प्रश्न × ५ अङ्क = ५)<br>नेपाली व्याकरण<br>(५ प्रश्न × १ अङ्क = ५) | १ घण्टा<br>३० मिनेट |
|         | ख    | अंग्रेजी                        | १५      |  | (३ प्रश्न × २ अङ्क = ६)<br>(३ प्रश्न × ३ अङ्क = ९)                                  |                     |
|         | ग    | गणित                            | १०      |  | (५ प्रश्न × २ अङ्क = १०)  |                     |
|         | घ    | सामान्य ज्ञान तथा सेवा सम्बन्धी | १५      |  | (१५ प्रश्न × १ अङ्क = १५)   |                     |
| द्वितीय | ड    | प्राविधिक सैद्धान्तिक ज्ञान     | ५०      | विषयगत/वस्तुगत/<br>बहु-वैकल्पिक प्रश्न | (२५ प्रश्न × २ अङ्क = ५०)   | ३० मिनेट            |

## लिखित परीक्षाको पाठ्यक्रम

### खण्ड “क” नेपाली -१० अङ्क

#### १. नेपाली लेखन

लामो उत्तर (१ प्रश्न × ५ अङ्क = ५)

- (क) राष्ट्रिय गान  
(ख) निबन्ध लेखन

- (ग) चिठ्ठी लेखन  
(घ) निवेदन

#### २. नेपाली व्याकरण

(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- १० अङ्क

(५ प्रश्न × २ अङ्क = १०)

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

## खण्ड “घ” सामान्य ज्ञान तथा सेवा सम्बन्धी - १५ अङ्क

(१५ प्रश्न × १ अङ्क = १५)

- (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 वन तथा वनस्पति
  - 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) महत्वपूर्ण समसामयिक राष्ट्रिय घटनाहरू जस्तै: आर्थिक, सामाजिक, राजनैतिक, खेलकूद र मानवअधिकार
- (च) नेपाल प्रहरी सेवा सम्बन्धी सामान्य जानकारी
- नेपाल प्रहरीको कार्यालयहरू सम्बन्धी ।
  - नेपाल प्रहरीको दर्जा सम्बन्धी ।
  - प्रहरी नियमावली, २०७१ को प्रहरी कर्मचारीको काम कर्तव्य सम्बन्धी(नियम ६६), नेपाल प्रहरीको आचरण सम्बन्धी (परिच्छेद ९) र प्रहरी जवान पदको लागी आवश्यक न्यूनतम योग्यता (अनुसूची-३ को प्रकरण ५) ।
  - ट्राफिक सम्बन्धी - (ट्राफिक चिन्ह, सडक संकेत र ट्राफिक नियम) ।

## खण्ड “ङ” प्राविधिक सैद्धान्तिक ज्ञान -५० अङ्क

(२५ प्रश्न × २ = ५०)

### १.भवनमा विद्युत जडान सम्बन्धी जानकारी

(५ प्रश्न × २ अङ्क = १०)

- १.१ विद्युत को परिचय
- १.२ ए.सी. (Alternating Current) र डि.सि. (Direct Current) : परिभाषा, संकेत र एकाइ
- १.२ विद्युतीय सुरक्षाका उपकरणहरूको परिभाषा, प्रकार र प्रयोग
- १.३ विद्युतीय सामग्री तथा बत्तीहरूको परिभाषा, प्रकार तथा जडान गर्ने तरिका
- १.४ विद्युतीय घरेलु उपकरणहरू को संचालन र सामान्य मर्मतको जानकारी
- १.५ विद्युतीय मोटर / जेनेट/ सम्बन्धि जानकारी
- १.६ विद्युतीय औजारहरू को प्रकार र प्रयोग गर्ने तरिका:
- १.७ अर्थिङ्ग : परिभाषा, अर्थिङ्ग गर्नु पर्ने आवश्यकता बारे जानकारी
- १.८ विद्युत वितरण प्रणाली
- १.९ विद्युतीय सुरक्षा सम्बन्धी अवधारणा

### २.भवन निर्माण सम्बन्धि कार्य र तयारी

(५ प्रश्न × २ अङ्क = १०)

- २.१ सुरक्षा, औजार, उपकरण र सामग्री
- २.२ गारो सम्बन्धी आधारभूत नाप जांच कार्य
- २.३ मसला र कंक्रीट ढलानको तयारी
- २.४ ढुंगाको गारो (Stone Masonry)
- २.५ ईट्टाको गारो (Brick Masonry)
- २.६ जग निर्माण

- २.७ भुकम्प र भुकम्प प्रतिरोधि भवन निर्माण
- २.८ बांस र काठको खट निर्माण

### ३. भवन निर्माणमा प्रयोग हुने काठ तथा काठजन्य सामग्री र औजारहरु (५ प्रश्न × २ अङ्क = १०)

- ३.१ काठ तथा काठजन्य सामग्रीको परिचय
- ३.२ सुरक्षा उपायहरु
- ३.३ आधारभूत औजार र कामहरु
- ३.४ विभिन्न भागहरुको तयारी
- ३.५ जोइंट निर्माण
- ३.६ विभिन्न प्रकारका फर्निचरहरुको निर्माण
- ३.७ काष्ठसामान निर्माण
- ३.८ औजार तथा उपकरणहरु बारे सामान्य जानकारी
- ३.९ पुटिङ्ग, थिनर, बार्निर्सस/चपरा पालीस, ग्लोबेब/पञ्जाका बारेमा सामान्य जानकारी

### ४. पेन्टिङको कार्य

(५ प्रश्न × २ अङ्क = १०)

- ४.१ पेन्टिङ परिचय, आवश्यकता र महत्वबारे जानकारी
- ४.२ लागत अनुमान
- ४.३ उपकरण, औजार र सामग्रीहरु को सामान्य जानकारी र प्रयोग गर्ने तरिका
- ४.४ उपकरण, औजार र सामग्रीहरु को व्यवस्थापन बारे जानकारी
- ४.५ सतहको पेन्टिङ र कलर को तयारी
- ४.६ प्रारम्भिक तथा प्रथमिक कार्यहरु

### ५. स्यानिटरी तथा खानेपानी

(५ प्रश्न × २ अङ्क = १०)

- ५.१ पानीको परिचय, पानीका श्रोत, स्वस्थ पानी
- ५.२ पानी सुरक्षित राख्ने तरिका
- ५.३ मुहान देखि मुखसम्म पानी कसरी सुरक्षित राख्न सकिन्छ
- ५.४ सरसफाई
- ५.५ पानीजन्य सरुवा रोग
- ५.६ ग्रेभिटी फ्लो सिस्टम
- ५.७ जनसंख्या तथा दैनिक पानीको माग
- ५.८ इन्टेक
- ५.९ ब्रेक प्रेसर ट्याङ्की (वि.पि.टी.)
- ५.९.१ रिजर्भ्वार ट्याङ्की
- ५.९.२ फेरो सिमेण्ट रिजर्भ्वार ट्याङ्की
- ५.९.३ पाइपलाईन
- ५.९.४ पाइपका प्रकारहरु
- ५.९.५ पाइप फिटिङ्गहरु
- ५.९.६ ट्यूबवेल
- ५.९.७ इनार

**नोट:** लिखित परीक्षामा उत्तीर्ण भएका उम्मेदवारहरुले मात्र प्रयोगात्मक परीक्षामा सहभागी हुन पाउने छन् ।

#### ४. चौथो चरण

##### प्रयोगात्मक परीक्षा योजना :-

| सि.नं. | विषय  | अंक भार | समय              |
|--------|---|---------|------------------|
| १      | भवनमा विद्युत जडान सम्बन्धी                                 | १०      | १ घण्टा ३० मिनेट |
| २      | भवन निर्माण सम्बन्धि कार्य र तयारी                          | १०      |                  |
| ३      | भवन निर्माणमा प्रयोग हुने काठ तथा काठजन्य सामग्री र औजारहरु | १०      |                  |
| ४      | पेन्टिङको कार्य   | १०      |                  |
| ५      | स्यानिटरी तथा खानेपानी                                      | १०      |                  |
| जम्मा  |   | ५०      |                  |

#### ५. पाँचौ चरण

##### अन्तर्वार्ता परीक्षा :-

प्रहरी सेवाको पदमा नियुक्ति र बहुवा गर्दा अपनाउनु पर्ने सामान्य सिद्धान्त २०६९ को अनुसूची-१८ बमोजिम हुने ।

द्रष्टव्य: यो पाठ्यक्रम मिति २०७३/१०/०३ गते देखि लागू हुनेछ ।

-समाप्त-

**परिशिष्ट-(क)**

**प्राविधिक समुह अर्न्तगतका सबै उप-समूहहरु तर्फको प्रहरी जवान पदको  
शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षाको अंकभार**

| ईभेन्ट्स     | ३०० मि.दौड | लड जम्प | हाई जम्प | सिट अप | पुस अप | चिन अप/<br>पुलअप | ३.२ कि.मी.<br>(२ माईल)<br>दौड | जम्मा अंक |
|--------------|------------|---------|----------|--------|--------|------------------|-------------------------------|-----------|
| पूर्णाङ्क    | २०         | १०      | १०       | १०     | १०     | १०               | ३०                            | १००       |
| उत्तीर्णाङ्क | ८          | ४       | ४        | ४      | ४      | ४                | १२                            | ४०        |

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

**(१) ३०० (तीन सय) मिटर दौड**

| क्र.सं. | पुरुषको लागि<br>समयावधि   | पुरुष/महिला<br>अंक: २०.०० | महिलाको लागि<br>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          | अनुत्तीर्ण                | ६७ से. भन्दा बढी          |

**(२) लड जम्प**

| क्र.सं.                       | पुरुषको लागि<br>दुरी        | पुरुष/महिला<br>अंक: १०.०० | महिलाको लागि<br>दुरी        |
|-------------------------------|-----------------------------|---------------------------|-----------------------------|
| १.                            | १५ फिट सम्म वा सोभन्दा माथि | १०:००                     | १२ फिट सम्म वा सोभन्दा माथि |
| २.                            | १४ फिट सम्म                 | ८.५०                      | ११ फिट सम्म                 |
| ३.                            | १३ फिट सम्म                 | ७:००                      | १० फिट सम्म                 |
| ४.                            | १२ फिट सम्म                 | ५.५०                      | ९ फिट सम्म                  |
| ५.                            | ११ फिट सम्म                 | ४:००                      | ८ फिट सम्म                  |
| ६.                            | ११ फिटसम्म पनि गर्न नसक्ने  | अनुत्तीर्ण                | ८ फिटसम्म पनि गर्न नसक्ने   |
| तिन पटकसम्म प्रयास गर्न पाउने |                             |                           |                             |

**(३) हाई जम्प**

| क्र.सं.                       | पुरुषको लागि<br>उचाई | पुरुष/महिला<br>अंक: १०.०० | महिलाको लागि<br>उचाई |
|-------------------------------|----------------------|---------------------------|----------------------|
| 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 फिटसम्म पनि नसक्ने | अनुत्तीर्ण                | २ फिटसम्म पनि नसक्ने |
| तिन पटकसम्म प्रयास गर्न पाउने |                      |                           |                      |

(४) सिट अप

| क्र.सं. | पुरुषको लागि पटक            | पुरुष/महिला अंक: १०.०० | महिलाको लागि पटक           |
|---------|-----------------------------|------------------------|----------------------------|
| 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 |

(५) पुस अप

| क्र.सं. | पुरुषको लागि पटक           | पुरुष/महिला अंक: १०.०० | महिलाको लागि पटक          |
|---------|----------------------------|------------------------|---------------------------|
| 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.      | १० पटक सम्म                | ४:००                   | ४ पटक सम्म                |
| ५.      | १० पटकसम्म पनि गर्न नसक्ने | अनुत्तीर्ण             | ४ पटकसम्म पनि गर्न नसक्ने |

(६) चिनअप/पुलअप

| क्र.सं. | पुरुषको लागि पटक/सिमा     | पुरुष/महिला अंक: १०.०० | महिलाको लागि पटक/सिमा           |
|---------|---------------------------|------------------------|---------------------------------|
| १.      | १२ पटक वा सोभन्दा माथि    | १०:००                  | ३ पटक वा सो भन्दा 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 भ्रुण्डन सक्ने     |
| ५.      | ५ पटकसम्म पनि गर्न नसक्ने | अनुत्तीर्ण             | १ मिनेटसम्म पनि भ्रुण्डन नसक्ने |

(७) ३.२ कि.मि. (२ माईल) दौड

| क्र.सं. | पुरुषको लागि समयावधि   | पुरुष/महिला अंक: ३०.०० | महिलाको लागि समयावधि   |
|---------|------------------------|------------------------|------------------------|
| १.      | १४ मिनेट वा सोभन्दा कम | ३०.००                  | १८ मिनेट वा 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       | अनुत्तीर्ण             | २२ मि. भन्दा बढी       |