



दार्मा गाउँपालिका  
Darma Rural Municipality  
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

वेबसाइट: [www.darmamun.gov.np](http://www.darmamun.gov.np)

इमेल: [ito.darmamun@gmail.com](mailto:ito.darmamun@gmail.com)

Office of the Rural Municipal Executive

पत्र संख्या(Letter No): २०८२/०८३

फारुलाचौर, सल्यान

कर्णाली प्रदेश नेपाल

चलानी नम्बर( Ref No):

Farulachaur, Salyan

Karnali Province, Nepal

दार्मा गाउँपालिका गाउँ प्रहरी हवलदारको पदको पाठ्यक्रम नेपाल प्रहरी हवलदार पदको स्वीकृत पाठ्यक्रमलाई आधार मानी तयार गरिएको छ ।

प्रहरी हवलदार पदको खुला प्रतियोगितात्मक परीक्षाको पाठ्यक्रम

सेवा: गाउँ प्रहरी

श्रेणी: गाउँ प्रहरी हवलदार

परीक्षा योजना (Examination Scheme)

क्र.सं.	चरण	विवरण	पूर्णाङ्क	उत्तीर्णाङ्क
१.	प्रथम चरण	प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण		
		शारीरिक तन्दुरुस्ती	१००	४०
२.	द्वितीय चरण	विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षण		
३.	तृतीय चरण	लिखित परीक्षा	१००	४०
४.	चतुर्थ चरण	अन्तरवार्ता	२०	

प्रथम चरण:- प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण तथा शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षा

> प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण: प्रहरी सेवाको पदमा नियुक्ति र बहुवा गर्दा अपनाउनु पर्ने सामान्य सिद्धान्त, २०६९ को अनुसूची-६ बमोजिम हुने।

> शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षा:

ईभेन्टस्	३०० मि.दौड	लड जम्प	हाँड जम्प	सिट अप	पुस अप	चिन अप	३.२ कि.मी. (२ माईल) दौड	जम्मा अंक
पूर्णाङ्क	२०	१०	१०	१०	१०	१०	३०	१००
उत्तीर्णाङ्क	८	८	८	८	८	८	१२	४०

नोट:-

शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षाको अंकभार परिशिष्ट (क) बमोजिम हुनेछ ।

कुनै पनि ईभेन्टमा अनुत्तीर्ण हुने उम्मेदवारलाई सो भन्दा पछि हुने ईभेन्टमा सहभागी गराईने छैन ।

द्वितीय चरण:- विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षण

प्रहरी सेवाको पदमा नियुक्ति र बढुवा गर्दा अपनाउनु पर्ने सामान्य सिद्धान्त, २०६९ को अनुसूची-८ मा व्यवस्था भए बमोजिम हुने ।

तृतीय चरण:- लिखित परीक्षा

### लिखित परीक्षा योजना (Written Examination Scheme)

लिखित परीक्षा देहाय बमोजिमको परीक्षा योजना अनुसार हुनेछ ।

खण्ड	विषय	पूर्णाङ्क	उत्तीर्णाङ्क	अंकभार	परीक्षा प्रणाली र प्रश्न संख्या	समय
क	नेपाली रचना	१००	४०	२०	विषयगत नेपाली लेखन (२ प्रश्न ५ अङ्क - १०) नेपाली व्याकरण (५ प्रश्न २ अङ्क = १०)	२ घण्टा
ख	अंग्रेजी			१५	विषयगत (५ प्रश्न ३ अङ्क - १५)	
ग	गणित			२५	विषयगत (५ प्रश्न ३ अङ्क = १५) (५ प्रश्न × २ अङ्क = १०)	
घ	सामान्य ज्ञान, प्रहरी सेवा र बौद्धिक परीक्षा			४०	वस्तुगत बहुवैकल्पिक प्रश्न (Multiple Choice) सामान्य ज्ञान (२० प्रश्न १ अङ्क २०) प्रहरी सेवा (१० प्रश्न १ अङ्क = १०) बौद्धिक परीक्षा (आई. क्यू.) (१० प्रश्न १ अङ्क - १०)	

**द्रष्टव्य:**

१. यो पाठ्यक्रमको योजना अनुसार एक पत्रको लिखित परीक्षा हुनेछ ।
२. लिखित परीक्षाको माध्यम भाषा नेपाली वा अंग्रेजी अथवा नेपाली र अंग्रेजी दुवै हुनेछ ।
३. परीक्षा योजनामा उल्लेख भए बमोजिम वस्तुगत बहुवैकल्पिक प्रश्न र विषयगत प्रश्नको लागि अलग अलग २ वटा उत्तरपुस्तिका दिईनेछ र परीक्षार्थीले सोही बमोजिमका उत्तरपुस्तिकामा उत्तर लेख्नु पर्नेछ ।
४. वस्तुगत बहुवैकल्पिक (Multiple Choice) प्रश्नहरूको उत्तर सही दिएमा प्रत्येक सही उत्तर बापत १ (एक) अंक दिईने छ भने गलत उत्तर दिएमा प्रत्येक गलत उत्तर बापत २०% अंक कट्टा गरिने छ । तर उत्तर नदिएमा त्यस बापत अंक दिईने छैन र अंक कट्टा पनि गरिने छैन ।
५. यस पाठ्यक्रममा जे सुकै कुरा लेखिएको भए तापनि पाठ्यक्रममा परेका ऐन नियमहरू तथा नीतिहरू परीक्षाको मिति भन्दा ३ महिना अगाडि (संशोधन भएका वा संशोधन भई हटाईएका वा थप गरी संशोधन भई) कायम रहेकालाई यस पाठ्यक्रममा रहेको सम्झनु पर्छ ।

## चतुर्थ चरण:- अन्तरवार्ता (Interview)

विषय	पूर्णाङ्क	परीक्षा प्रणाली
अन्तरवार्ता	२०	मौखिक

पाठ्यक्रम लागू मिति:- २०८२/०८/०३ गते ।

### लिखित परीक्षाको पाठ्यक्रम

पूर्णाङ्क: १००  
उत्तीर्णाङ्क: ४०

समय: २ घण्टा

#### खण्ड "क" नेपाली - २० अङ्क

##### १. नेपाली लेखन लामो उत्तर (२ प्रश्न ५ अङ्क १०)

(क) राष्ट्रिय गान

(ख) निबन्ध लेखन - आधारभूत तह (कक्षा ६-८) सम्मका लागि उपयुक्त हुने सरल प्रकारको कुनै दुई शीर्षक मध्ये एक विषयमा कम्तीमा १०० शब्द नघटाई निबन्ध लेखन ।

(ग) चिठी वा निवेदन लेखन आधारभूत तह (कक्षा ६-८) सम्मका लागि उपयुक्त हुने सरल प्रकारको कार्यालय प्रयोजनको लागि चिठी वा निवेदन लेखन ।

##### २. नेपाली व्याकरण छोटो उत्तर (५ प्रश्न २ अङ्क (१+१) - १०)

(क) सामान्य नेपाली व्याकरण (नाम, सर्वनाम, करण, अकरण र लिङ्ग परिवर्तन) 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 गरि लेखिएको सामान्य किसिमको वाक्यलाई शुद्ध गरि लेख्ने)

#### खण्ड "ख" अंग्रेजी - १५ अङ्क

##### 1. Basic skill and knowledge in English (५ प्रश्न × ३ अङ्क (१+१+१) - १५)

a. Translation English to Nepali and Nepali to English (Simple Sentences-Simple present tense with 3 to 5 words)

b. Word Meaning

c. Matching different words according to their suitable words/groups

d. Spelling Writing (Two and three digit numbers)

e. Singular/Plural (Simple word)

## खण्ड "ग" गणित - २५ अङ्क

### १. प्रथम खण्ड (५ प्रश्न × ३ अङ्क (१.५+१.५) - १५)

- (क) जोड (ठाडो/तेस्रो तीन अंक सम्मको)
- (ख) घटाउ (ठाडो/तेस्रो तीन अंक सम्मको)
- (ग) गुणन (दुई अंक सम्मको)
- (घ) भाग (दुई अंक सम्मको)
- (ङ) अंक र अक्षरमा लेखन (चार अंक सम्मको)

### २. द्वितीय खण्ड (५ प्रश्न २ अङ्क = १०)

- (क) सरलीकरण (जोड, घटाउ, गुणन र भागको प्रयोग गरेर हल गर्न मिल्ने सामान्य किसिमको सरल)
- (ख) गणितीय शाब्दिक समस्या (जोड, घटाउ, गुणन र भागको प्रयोग गरेर हल गर्न मिल्ने सामान्य किसिमको गणितीय शाब्दिक समस्या)

## खण्ड "घ" सामान्य ज्ञान, सेवा सम्बन्धी तथा बौद्धिक परीक्षण - ४० अङ्क

- (क) नेपालको इतिहास सम्बन्धी सामान्य जानकारी

- ऐतिहासिक, धार्मिक तथा पर्यटकीय दृष्टिले नेपालका महत्वपूर्ण स्थलहरु
- नेपालको आधुनिक इतिहास ।
- दार्मा गाउँपालिकाको इतिहास

- (ख) नेपालको भूगोल सम्बन्धी सामान्य ज्ञान

- क्षेत्रफल, सिमाना, भौगोलिक र राजनैतिक (संघ, प्रदेश र स्थानीय) विभाजन
- नदी तथा हावापानीको आधारमा नेपाललाई विभाजन
- नेपालका प्रमुख शिखर, नदी, ताल, कुण्ड, भन्ज्याङ्ग र झरनाहरु
- नेपालमा पाईने बन तथा बनस्पति ।
- संरक्षित जनावर तथा जडिबुटी
- नेपालका राष्ट्रिय निकुञ्ज तथा संरक्षित क्षेत्र ।
- दार्मा गाउँपालिकाको भुगोल र भौगोलिक अस्था

- (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 घटनाहरु जस्तै: आर्थिक, सामाजिक, राजनैतिक, खेलकूद र मानव अधिकार

### (आ) नेपाल प्रहरी / गाउँ प्रहरी सम्बन्धी सामान्य जानकारी (५ प्रश्न २ अङ्क = १०)

- सुरक्षा निकाय/नेपाल प्रहरीको पद तथा दर्जा सम्बन्धी सामान्य जानकारी

दार्मा गाउँपालिकाको गाउँ प्रहरी ऐन २०७७(प्रथम संशोधन) सम्बन्धी सामान्य जानकारी (बिदा, आचरण , प्रहरी हवलदार पदको लागि आवश्यक न्यूनतम योग्यता तथा कार्वाही आदी)

ट्राफिक सम्बन्धी (ट्राफिक चिन्ह, सडक संकेत र ट्राफिक नियम)

**(३) बौद्धिक परीक्षण (आई. क्यू.) (१० प्रश्न × १ अङ्क = १०)**

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

### परिशिष्ट-(क)

#### प्रहरी जवान (जनपद) पदको शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षाको अंकभार

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

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

**(१) ३०० (तीन सय) मिटर दौड**

क्र.सं.	पुरुषको लागि समयवधि	पुरुष/महिला अंक: २०	महिलाको लागि समयवधि
१.	४५ सेकेण्ड वा सो भन्दा कम	२०	५५ सेकेण्ड वा सो भन्दा कम
२.	४७ सेकेण्ड सम्म	१८	५७ सेकेण्ड सम्म
३.	४९ सेकेण्ड सम्म	१६	५९ सेकेण्ड सम्म
४.	५१ सेकेण्ड सम्म	१४	६१ सेकेण्ड सम्म
५.	५३ सेकेण्ड सम्म	१२	६३ सेकेण्ड सम्म
६.	५४ सेकेण्ड सम्म	१०	६५ सेकेण्ड सम्म
७.	५६ सेकेण्ड भित्र सम्म	८	६७ सेकेण्ड भित्र सम्म
८.	५६ सेकेण्ड भन्दा बढी	अनुत्तीर्ण	६७ सेकेण्ड भन्दा बढी

**(२) लडि जम्प**

क्र.सं.	पुरुषको लागि दुरी	पुरुष/महिला अंक: १०	महिलाको लागि दुरी
१.	१५ फिट सम्म वा सोभन्दा माथि	१०	१२ फिट सम्म वा सोभन्दा माथि
२.	१४ फिट सम्म	८.५	११ फिट सम्म
३.	१३ फिट सम्म	७.	१० फिट सम्म
४.	१२ फिट सम्म	५.५	९ फिट सम्म
५.	११ फिट सम्म	४	८ फिट सम्म

६.	११ फिटसम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	८ फिटसम्म पनि गर्न नसक्ने
----	----------------------------	------------	---------------------------

तीन पटकसम्म प्रयास गर्न पाउने

### (३) हाई जम्प

क्र.सं.	पुरुषको लागि उचाई	पुरुष/महिला अंक: १०	महिलाको लागि उचाई
१.	४.५ फिट सम्म	१०	३.५ फिट सम्म
२.	४ फिट सम्म	८	३ फिट सम्म
३.	५ फिट सम्म	६	२.५ फिट सम्म
४.	३ फिट सम्म	४	२ फिट सम्म
५.	३ फिटसम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	२ फिटसम्म पनि गर्न नसक्ने

तीन पटकसम्म प्रयास गर्न पाउने

### (४) सिट अप

क्र.सं.	पुरुषको लागि उचाई	पुरुष/महिला अंक: १०	महिलाको लागि उचाई
१.	२० पटक वा सो भन्दा माथि	१०	१५ पटक वा सो भन्दा बढी
२.	१८ पटक सम्म	८	११ पटक सम्म
३.	१५ पटक सम्म	६	८ पटक सम्म
४.	१२ पटक सम्म	४	५ पटक सम्म
५.	१२ पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	५ पटक सम्म गर्न नसक्ने

### ५ पुस अप

क्र.सं.	पुरुषको लागि उचाई	पुरुष/महिला अंक: १०	महिलाको लागि उचाई
१.	२० पटक वा सो भन्दा माथि	१०	१४ पटक वा सो भन्दा बढी
२.	१७ पटक सम्म	८	११ पटक सम्म
३.	१४ पटक सम्म	६	८ पटक सम्म
४.	१० पटक सम्म	४	४ पटक सम्म
५.	१० पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	४ पटक सम्म गर्न नसक्ने

### (६) चिन अप/पुल अप

क्र.सं.	पुरुषको लागि उचाई	पुरुष/महिला अंक: १०	महिलाको लागि उचाई
१.	१२ पटक वा सो भन्दा माथि	१०	३ पटक वा सो भन्दा बढी

२.	१० पटक सम्म	८	२ पटक सम्म
३.	८ पटक सम्म	६	१ पटक सम्म
४.	५ पटक सम्म	४	३० सेकेण्ड सम्म झुण्डिन सक्ने
५.	५ पटक सम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण	३० सेकेण्ड सम्म पनि झुण्डिन नसक्ने

### ७ ३.२ मि.मि(२ माइल) दौड

क्र.सं.	पुरुषको लागि समयावधि	पुरुष/महिला अंक: २०	महिलाको लागि समयावधि
१.	४५ सेकेण्ड वा सो भन्दा कम	२०	५५ सेकेण्ड वा सो भन्दा कम
२.	४७ सेकेण्ड सम्म	१८	५७ सेकेण्ड सम्म
३.	४९ सेकेण्ड सम्म	१६	५९ सेकेण्ड सम्म
४.	५१ सेकेण्ड सम्म	१४	६१ सेकेण्ड सम्म
५.	५३ सेकेण्ड सम्म	१२	६३ सेकेण्ड सम्म
६.	५४ सेकेण्ड सम्म	१०	६५ सेकेण्ड सम्म
७.	५६ सेकेण्ड भित्र सम्म	८	६७ सेकेण्ड भित्र सम्म
८.	५६ सेकेण्ड भन्दा बढी	अनुत्तीर्ण	६७ सेकेण्ड भन्दा बढी