बेलका नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
रामपुर, उदयपुर

कोशी प्रदेश, नेपाल

प.सं.-२०८०/८१
च.नं. १२२३ (प्रशासन)

बेलका नगरपालिका नगर कार्यपालिकाको कार्यालय रामपुर, उदयपुर कोशी प्रदेश, नेपाल २०७३

मितिः २०८०/११/०६

विषयः म्यादी नगर प्रहरीको पदपूर्तिका लागि मापदण्ड प्रकाशन गरिएको सम्बन्धमा ।

श्री जो जससँग सम्बन्ध राख्दछ ।

प्रस्तुत विषयमा बेलका नगरपालिकाको म्यादी नगर प्रहरीको सेवा करारमा पदपूर्ति सम्बन्धी पूर्व निर्धारित शारीरिक परीक्षण सम्बन्धी सूचना बमोजिम उक्त पदका लागि आवश्यक मापदण्डहरू मिति २०८०/११/०६ को करार कर्मचारी पदपूर्ति समितिको निर्णय बमोजिम निर्धारण गरिएकाले सम्बन्धित सबैमा जानकारीका लागि यो सूचना प्रकाशन गरिएको छ । साथै उक्त पदका लागि शारीरिक परीक्षणका लागि सहभागी हुनुहुने उम्मेदवारहरूले तपशील बमोजिमको पोशाकमा तोकिएको समयमा उपस्थित भईदिन हुन जानकारी गराइन्छ ।

तपशीलः

पुरुषको हकमाः टिसर्ट, हाल्फ पाइन्ट र स्पोर्ट सुज ।

महिलाको हकमाः टिसर्ट, ट्याक र स्पोर्ट सुज ।

....

पुरुषोत्तम घिमिरे

प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

पुरुषोत्तम घिमिरे
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

पुनश्चः म्यादी नगर प्रहरीका लागि निर्धारण भएको मापदण्डहरू यसै पत्रसाथ संलग्न छ ।

बेलका नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
रामपुर, उदयपुर ।
म्यादी नगर प्रहरीको मापदण्ड
परीक्षा योजना

बेलका नगरपालिका नगर कार्यपालिकाको कार्यालय रामपुर, उदयपुर कोशी प्रदेश, नेपाल २०७३

पुरुषोत्तम घिमिरे प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

क्र.सं.	परीक्षा चरण	विवरण	पूर्णाङ्क	उत्तिर्णाङ्क
१	पहिलो चरण	क. प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण	-	-
		ख. शारीरिक तन्दुरुस्ती मूल्याङ्कन	७०	२८
२	दोस्रो चरण	विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षण	-	-
३	तेस्रो चरण	लिखित परीक्षा	२०	८
४	चौथो चरण	अन्तर्वार्ता	१०	४
जम्मा			१००	४०

प्रत्येक चरणमा उत्तीर्ण उम्मेदवार मात्र अर्को चरणको परीक्षामा सहभागी हुन पाउने छन ।

१. **प्रथम चरणः**

क) प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षणः उम्मेदवारहरूको प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण गरी देहाय बमोजिमको अयोग्यता भएका उम्मेदवारहरूलाई छनौट गरिने छैन ।

१. उचाईः पुरुष — ५ फिट २ इन्च भन्दा कम र महिलाः ५ फिट भन्दा कम भएको ।
२. छाती फुलाउदा (पुरुषले मात्र) ३३ इन्च र नफुलाउदा ३१ इन्च भन्दा कम भएको ।
३. अङ्गभङ्ग/कुरुप देखिनेलाई ।
४. हातखुट्टा बाङ्गोटिङ्गो र औँलाहरू ठीक नभएको ।
५. घुँडा Knee lock भएको अथवा Rickets भई फाटिएको (K2/K2 भन्दा माथिको) ।
६. धेरै चेप्टो पैताला भएको (भालु पाइले) ।
७. प्रष्ट बोली नभएको/भकभके ।
८. लठ्यौरो ।
९. ढाड कुप्रो भएको ।
१०. शरीर पुरा झुकाउन नसक्ने ।
११. जीउ कोल्टे परेको ।
१२. उपचार नहुने दुबी भएको (शरीरको २० प्रतिशतभन्दा बढी भागमा भएको) ।
१३. लुरे (उचाई अनुसार अत्याधिक दुब्लो) कम्तिमा पुरुष ५० केजी र महिला ४२ केजीभन्दा कम ।
१४. आँखा डेरो भएको ।
१५. शरीर मोटो तर हातखुट्टा झिनो देखिने ।
१६. भेरीकोच वा नशा फुल्ने भएको ।

ख) **शारीरिक तन्दुरुस्ती मूल्याङ्कन (अंक ७०)**

पुरुषोत्तम घिमिरे प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

बेलका नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
रामपुर, उदयपुर
कोशी प्रदेश, नेपाल
२०७३

पुरुषोत्तम घिमिरे
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

इभेन्टस	३०० मि. दौड	सिट अप	पुस अप	चिन अप	३.२ किमी दौड	जम्मा अंक
पूर्णाङ्क	१०	१०	१०	१०	३०	७०
उत्तीर्णाङ्क	४	४	४	४	१२	२८

इभेन्ट १: ३०० मिटर दौडका लागि

३५ वर्षसम्म पुरुषका लागि समयावधि	महिलाका लागि समयावधि	३५-४५ उमेर समूहका लागि समयावधि	अंक
४७ सेकेन्ड वा सो भन्दा कम	५७ सेकेन्ड वा सो भन्दा कम	५० सेकेन्ड वा सो भन्दा कम	१०
४९ सेकेन्डसम्म	५९ सेकेन्डसम्म	५२ सेकेन्डसम्म	९
५१ सेकेन्डसम्म	६१ सेकेन्डसम्म	५४ सेकेन्डसम्म	८
५३ सेकेन्डसम्म	६३ सेकेन्डसम्म	५६ सेकेन्डसम्म	७
५५ सेकेन्डसम्म	६५ सेकेन्डसम्म	५८ सेकेन्डसम्म	६
५६ सेकेन्डसम्म	६७ सेकेन्डसम्म	५९ सेकेन्डसम्म	५
५८ सेकेन्डसम्म	६९ सेकेन्डसम्म	१ मिनेट १ सेकेन्डसम्म	४
५८ सेकेन्ड भन्दा बढी	६९ सेकेन्ड भन्दा बढी	१ मिनेट १ सेकेन्ड भन्दा बढी	अनुत्तीर्ण

इभेन्ट २: सिट अप

पुरुष (पटक)	महिला (पटक)	अंक
१८ वा सोभन्दा धेरै	१३ वा सोभन्दा धेरै	१०
१६ सम्म	९ सम्म	८
१३ सम्म	६ सम्म	६
१० सम्म	३ सम्म	४
१० पटकसम्म पनि गर्न नसक्ने	३ पटकसम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण

इभेन्ट ३: पुस अप

पुरुष (पटक)	महिला (पटक)	अंक
१८ वा सोभन्दा धेरै	१२ वा सोभन्दा धेरै	१०
१५ सम्म	९ सम्म	८
१२ सम्म	६ सम्म	६
८ सम्म	३ सम्म	४
८ पटकसम्म पनि गर्न नसक्ने	३ पटकसम्म पनि गर्न नसक्ने	अनुत्तीर्ण

इभेन्ट ४: चिन अप

पुरुष (पटक)	महिला (पटक)	अंक
८ वा सोभन्दा धेरै	२ वा सोभन्दा धेरै	१०
६ सम्म	१ सम्म	८
४ सम्म	६० सेकेन्ड सम्म झुन्डिन सक्ने	६
२ सम्म	४५ सेकेन्ड सम्म झुन्डिन सक्ने	४

पुरुषोत्तम घिमिरे
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

बेलका नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
रामपुर, उदयपुर
कोशी प्रदेश, नेपाल
२०७३

२ पटकसम्म पनि गर्न नसक्ने	४५ सेकेन्ड सम्म झुन्डिन नसक्ने	अनुत्तीर्ण

पुरुषोत्तम घिमिरे
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

इभेन्ट ५ : २ माइल (३.२ किलोमिटर) दौड

३५ वर्षसम्म पुरुषका लागि समयावधि	महिलाका लागि समयावधि	३५-४५ उमेर समूहका लागि समयावधि	अंक
१५ मिनेट वा सोभन्दा कम	१९ मिनेट वा सोभन्दा कम	१७ मिनेट वा सोभन्दा कम	३०
१६ मिनेटसम्म	२० मिनेटसम्म	१८ मिनेटसम्म	२६
१७ मिनेटसम्म	२१ मिनेटसम्म	१९ मिनेटसम्म	२०
१८ मिनेटसम्म	२२ मिनेटसम्म	२० मिनेटसम्म	१६
१९ मिनेटभित्र	२३ मिनेटभित्र	२१ मिनेटभित्र	१२
१९ मिनेटभन्दा बढी	२३ मिनेटभन्दा बढी	२१ मिनेटभन्दा बढी	अनुत्तीर्ण

नोटः कुनै इभेन्टमा अनुत्तीर्ण हुने उम्मेदवारलाई सो पछि सञ्चालन हुने इभेन्टमा सहभागी गराइने छैन ।

२. **दोस्रो चरणः विस्तृत स्वास्थ्य परीक्षणका लागि बेलका नगर अस्पतालका मेडिकल अधिकृत समेतको स्वास्थ्यकर्मीले Blood Pressure and Pulse Checkup जाँच गर्नेछन ।**

३. **तेस्रो चरणः लिखित परीक्षा (२० अंक)**

४. **चौथो चरणः अन्तर्वार्ता (१० अंक)**

पुरुषोत्तम घिमिरे
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत