

नगर प्रहरी जवान पदको लागि मूल्याङ्कन प्रणाली

विषय	पूर्णाङ्क	उत्तिर्णाङ्क
प्रारम्भिक स्वास्थ्य परीक्षण	-	-
शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षण	१००	४०
लिखित परीक्षा	१००	४०
अन्तरबार्ता	२०	-
जम्मा	२२०	

मिति: २०८१।०१।०८ गति विहान ७ वजे वियरीङ्क चेक मिति: पायल्स, हाईड्रोसिल, दाँत कान, वि.पि, आँखा उचाइ, तौल, छाति, आँखा, कपाल, हात खुट्टा बाङ्गा टिङ्गा, टाटु घुडा जोडिने, फ्ल्याट फुट, भेरी कोच, दाँत लगायत बाहिरि चेक गर्ने

मिति: २०८१।०१।०८ वेयरिङ्क चेकको नतिजा प्रकाशन

शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षण

ईभेन्ट	पूर्णाङ्क
२ माइल दौड	३०
३०० मिटर दौड	३०
सेट अप	२०
पुस अप	२०
जम्मा	१००

नोट: कुनै पनि इभेन्टमा अनुउत्तिर्ण हुने उमेदवारलाई सो भन्दा पछी हुने इभेन्टमा सहभागि गराईने छैन ।

मिति: २०८१।०१।१० शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षण

- २ माइल (३२०० मि.; दौड) / लामो दौड

पुरुष

समय	अङ्क
१४ मिनेट वा सो भन्दा कम समय भएमा	३०
१४ मिनेट देखि १६ मिनेट सम्म	१८
१६ मिनेट देखि १८ मिनेट सम्म	१२
१८ मिनेट भन्दा बढी	अनुउत्तिर्ण

महिला

समय	अङ्क
१८ मिनेट वा सो भन्दा कम समय भएमा	३०

(Signature)

(Signature)
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत



१८ मिनेट देखि २० मिनेट सम्म	१८
२० मिनेट देखि २२ मिनेट सम्म	१२
२२ मिनेट भन्दा बढी	अनुउत्तिर्ण

• तिन सय मि. दौड / छोटो दौड

पुरुष

समय	अङ्क
४५ सेकेण्ड वा सो भन्दा कम समय भएमा	३०
४६ सेकेण्ड देखि ५० सेकेण्ड सम्म	१८
५१ सेकेण्ड देखि ५६ सेकेण्ड सम्म	१२
५६ सेकेण्ड भन्दा बढी	अनुउत्तिर्ण

महिला

समय	अङ्क
५५ सेकेण्ड वा सो भन्दा कम समय भएमा	३०
५६ सेकेण्ड देखि ६० सेकेण्ड सम्म	१८
६१ सेकेण्ड देखि ६७ सेकेण्ड सम्म	१२
६७ सेकेण्ड भन्दा बढी	अनुउत्तिर्ण

• सिट अप

पुरुष

पटक	अङ्क
२० वा सो भन्दा बढी पटक	२०
१५ देखि १९ पटक सम्म	१२
१० देखि १४ पटक सम्म	८
१० भन्दा कम	अनुउत्तिर्ण

महिला

पटक	अङ्क
१५ वा सो भन्दा बढी पटक	२०
१० देखि १४ पटक सम्म	१२
५ देखि ९ पटक सम्म	८
५ भन्दा कम	अनुउत्तिर्ण

• पुस अप

पुरुष

पटक	अङ्क
२० वा सो भन्दा बढी पटक	२०
१५ देखि १९ पटक सम्म	१२

Handwritten signature

Handwritten signature
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत



१० देखि १४ पटक सम्म	८
१० भन्दा कम	अनुउत्तिर्ण

महिला

पटक	अङ्क
१४ वा सो भन्दा बढी पटक	२०
९ देखि १३ पटक सम्म	१२
४ देखि ८ पटक सम्म	८
४ भन्दा कम	अनुउत्तिर्ण

मिति: २०८१।०१।११ शारीरिक तन्दुरुस्ती परीक्षणको नतिजा प्रकाशन

Handwritten signature

Handwritten signature
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत