

## पोषण सहजकर्ता पदको खुला प्रतियोगितात्मक परीक्षाको पाठ्यक्रम

यस पाठ्यक्रम योजनालाई दुई चरणमा विभाजन गरिएको छ :

प्रथम चरण :- लिखित परीक्षा (Written Examination) पूर्णाङ्क :- १५०

द्वितीय चरण अन्तर्वार्ता (Interview) पूर्णाङ्क: २५

### परीक्षा योजना (Examination Scheme)

पत्र	विषय	पूर्णाङ्क	उतिर्णाङ्क	परीक्षा प्रणाली	प्रश्नसंख्या	समय	
लिखित	प्रथम सामान्य ज्ञान र सार्वजनिक व्यवस्थापन (General Awareness & Public Management)	१००	५०	वस्तुगत	बहुवैकल्पिक प्रश्न	२० प्रश्न * २ अङ्क	६० मिनेट
	सेवा सम्बन्धित कार्य (Job Based knowledge) से	५०	२५			३० प्रश्न * २ अङ्क	
						६ प्रश्न * ५ अङ्क २ प्रश्न * १० अङ्क	६० मिनेट
अन्तर्वार्ता		२५		मौखिक			

द्रष्टव्य :

- लिखित परीक्षाको माध्यम भाषा नेपाली वा अंग्रेजी अथवा नेपाली र अंग्रेजी दुवै हुन सक्नेछ ।
- परीक्षामा कुनै प्रकारको क्याल्कुलेटर (Calculator), मोबाइल प्रयोग गर्न पाइने छैन ।
- यस पाठ्यक्रम योजना अन्तर्गतका पत्र/विषयका विषयवस्तुमा जेसुकै लेखिएको भएतापनि पाठ्यक्रममा परेका कानून, ऐन, नियम तथा नीतिहरू परीक्षाको विज्ञापन हुँदाका बखत संशोधन भएका वा संशोधन भई हटाइएका वा थप गरी संशोधन भई कायम रहेकालाई यस पाठ्यक्रममा परेको सम्झनु पर्दछ ।
- लिखित परीक्षाबाट छनौट भएका उम्मेदवारहरूलाई मात्र अन्तर्वार्तामा सम्मिलित गराइनेछ ।
- उम्मेदवारले लिखित र अन्तर्वार्तामा प्राप्त गरेको प्राप्ताङ्कहरू जोडी कूल अङ्कको आधारमा योग्यताक्रम प्रकाशित गरिनेछ ।

लिखित परीक्षा :  
सामान्य ज्ञान र सार्वजनिक व्यवस्थापन तथा सेवा सम्बन्धित कार्य-ज्ञान  
भाग (Part १):  
सामान्य ज्ञान र सार्वजनिक व्यवस्थापन  
(General Awareness and Public Management)  
खण्ड (Section - A) (१० प्रश्न \* २ अङ्क = २० अङ्क)

१. सामान्य ज्ञान (General Awareness)

- १.१ नेपालको भौगोलिक अवस्था, प्राकृतिक स्रोत र साधनहरू
- १.२ नेपालको ऐतिहासिक, सांस्कृतिक र सामाजिक अवस्था सम्बन्धी जानकारी
- १.३ नेपालको आर्थिक अवस्था र चालु आवधिक योजना सम्बन्धी जानकारी
- १.४ जैविक विविधता, दिगो विकास, वातावरण, प्रदूषण, जलवायु परिवर्तन र जनसंख्या व्यवस्थापन
- १.५ मानव जीवनमा प्रत्यक्ष प्रभाव पार्ने विज्ञान र प्रविधिका महत्वपूर्ण उपलब्धिहरू
- १.६ जनस्वास्थ्य, रोग, खाद्य र पोषण सम्बन्धी सामान्य जानकारी
- १.७ नेपालको संविधान (भाग १ देखि ५ सम्म र अनुसूचीहरू)
- १.८ संयुक्त राष्ट्रसंघ र यसका विशिष्टीकृत संस्था सम्बन्धी जानकारी
- १.९ क्षेत्रीय संगठन (सार्क, बिमस्टेक, आसियान र युरोपियन संघ सम्बन्धी जानकारी
- १.१० राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय महत्वका समसामयिक गतिविधिहरू

खण्ड (Section - B): (१० प्रश्न २ अङ्क=२० अङ्क)

२. सार्वजनिक व्यवस्थापन (Public Management)

- २.१ कार्यालय व्यवस्थापन (Office Management)
  - २.१.१ कार्यालय (Office) परिचय, महत्व, कार्य र प्रकार
  - २.१.२ सहायक कर्मचारीका कार्य र गुणहरू
  - २.१.३ कार्यालय स्रोत साधन (Office Resources): परिचय र प्रकार
  - २.१.४ कार्यालयमा सञ्चारको महत्व, किसिम र साधन
  - २.१.५ कार्यालय कार्यविधि (Office Procedure) पत्र व्यवहार (Correspondence), दर्ता र चलानी (Registration & Dispatch), फाइलिङ (Filing), परिपत्र (Circular), तोक आदेश (Order), टिप्पणी लेखन र टिप्पणी तयार पार्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू
  - २.१.६ अभिलेख व्यवस्थापन (Record Management)
- २.२ कर्णाली प्रदेश स्थानीय सेवा ऐन नियमावलिमा भएका देहायका व्यवस्थाहरू
  - २.२.१ कर्णाली प्रदेश स्थानीय सेवा ऐन गठन, संगठन संरचना, पदपूर्ति गर्ने तरिका र प्रक्रियाहरू
  - २.२.२ कर्मचारीको नियुक्ति, सरुवा, बढुवा, बिदा, विभागीय सजाय र अवकाश
  - २.२.३ कर्मचारीले पालन गर्नुपर्ने आचरण, नैतिक दायित्व र कर्तव्यहरू
- २.३ संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालय सम्बन्धी जानकारी

- २.४ संवैधानिक निकाय सम्बन्धी जानकारी
- २.५ सरकारी बजेट, लेखा र लेखापरीक्षण प्रणाली सम्बन्धी सामान्य जानकारी
- २.६ सार्वजनिक सेवा प्रवाहको अर्थ, सेवा प्रवाह गर्ने निकाय, तरिका र माध्यमहरू
- २.७ मानव अधिकार, सुशासन र सूचनाको हक सम्बन्धी सामान्य जानकारी
- २.८ सार्वजनिक बडापत्र (Public Charter)
- २.९ व्यवस्थापनको अवधारणा तथा सार्वजनिक व्यवस्थापनमा निर्देशन, नियन्त्रण, समन्वय, निर्णय प्रक्रिया, उत्प्रेरण र नेतृत्व सम्बन्धी जानकारी
- २.१० मानवीय मूल्य मान्यता (Human Values), नागरिक कर्तव्य र दायित्व तथा अनुशासन
- २.११ स्वास्थ्य सेवा ऐन र नियमावलीमा भएका व्यवस्थाहरूको जानकारी
- २.१२ खाद्य ऐन, खाद्य नियमावली, दाना ऐन, दाना नियमावली को जानकारी

भाग (Part II) :-

सेवा सम्बन्धित कार्य-ज्ञान (Job Based - Knowledge)

(३० प्रश्न \* २ अङ्क = ६० अङ्क)

१. राष्ट्रिय पोषण कार्यक्रमका नीति तथा रणनीति :
  - १.१. पोषणको परिचय, महत्व र कुपोषणको वर्गीकरण ।
  - १.२ बहुक्षेत्रीय पोषण योजना तथा प्राथमिकताहरू ।
  - १.३ बहुक्षेत्रीय पोषण कार्यक्रम कार्यान्वयन गर्न पोषण सहजकर्ताको भूमिका ।
  - १.४ खाद्य विविधिकारण ।
२. शिशु कल्याण :
  - २.१. शिशु तथा बाल्यकालिन पोषण बीचको सम्बन्ध
  - २.२. शिशु तथा बाल्यकालिन पोषणको परिचय र महत्व
  - २.३. खोप
  - २.४. वृद्धि अनुगमन तथा लेखाजोखा
  - २.५ पोषणयुक्त आहारको व्यवस्थापन
३. मातृ पोषण
  - ३.१. गर्भावस्था र सुत्केरी अवस्थामा पोषण
  - ३.२ वह सुक्ष्म पोषक तत्वहरू
  - ३.२ स्तनपान र यसको महत्व
  - ३.४ हरेकबार खाना चार
  - ३.५ एकिकृत पोषण सेवा
४. महिला सशक्तिकरण, महिलाहरूको आयआर्जन विकास र विस्तार, लैङ्गिक हिंसा, बालकालिका तथा किशोर किशोरीहरूको संरक्षण

५. खाद्यवस्तुको पहुँच र पोषण

- ५.१ खाद्य वस्तुको पहुँच, उपलब्धता र उपभोगमा वृद्धि
- ५.२ पशुपन्छीजन्य खाद्य वस्तुको उत्पादन, पहुँच तथा उपभोग
- ५.३ सन्तुलित आहारको महत्वपूर्ण तत्त्व र तिनका स्रोतहरू
- ५.४ खाद्य र पोषण सुरक्षाको महत्व, भूमिका
- ५.५ पोषण कार्यक्रमका सूचकहरू

६. पोषणसँग सम्बन्धित ध्यान दिनु पर्ने विभिन्न आयामहरू

- ६.१ किशोरावस्थाको पोषण
- ६.२ शीघ्र कुपोषण पहिचान र व्यवस्थापन
- ६.३ खानेपानी तथा सरसफाई
- ६.४ विद्यालय दिवा खाजा, पोषण मैत्री पाठ्यक्रम र शिक्षा
- ६.५ एकिकृत तरकारी खेती, मानवको खाद्य पोषण चक्रमा तरकारीको अवधारणा, महत्व र भूमिका, कौसी खेती/कृषि अभ्यास
- ६.६ पौष्टिक रूपमा महत्वपूर्ण खाद्य बाली र मानव पोषणमा तिनीहरूको भूमिका, खाद बाली र सन्तुलित आहार
- ६.७ अगाँनिक खेती नेपालको सन्दर्भमा अवधारणा, महत्व र सान्दर्भिकता
- ६.८ कृषक समूह गठन प्रकृया

लिखित परीक्षाको लागि यथासम्भव निम्नानुसार प्रश्नहरू सोधिने छ ।

भाग	खण्ड	विषयवस्तु	परीक्षा प्रणाली	अङ्कभार	प्रश्न संख्या* अङ्कभार
I	A	सामान्य ज्ञान (General Awareness)	बहुवैकल्पिक प्रश्न (MCQs)	२०	१० प्रश्न*२अङ्क=२० अङ्क
	B	सार्वजनिक व्यवस्थापन (Public Management)		२०	१० प्रश्न*२अङ्क=२० अङ्क
II		सेवा सम्बन्धित कार्य-ज्ञान (Job Based-knowledge)		६०	३० प्रश्न*२अङ्क=६० अङ्क
				५०	६ प्रश्न *५ अङ्क =३० अङ्क २ प्रश्न * १० अङ्क=२० अङ्क

लिखित परीक्षाको भाग (Part II) सेवा सम्बन्धित कार्य ज्ञान (Job Based knowledge) को पाठ्यक्रमका इकाईबाट परीक्षामा यथासम्भव देहाय बमोजिम प्रश्नहरू सोधिने छ ।

ईकाई	१	२	३	४	५	६
प्रश्न संख्या	५	६	६	२	५	६

पाठ्यक्रम लागू मिति: २०८१।०७।०७

सप्तरी जिल्ला शिक्षा कार्यालय, सप्तरी