



च्याडलेख गाउँपालिका
चुडलेख गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
हायुटार, सिन्धुली



पोषण सहजकर्ता / स्वयंसेवक पदको प्रतियोगितात्मक परिक्षाको पाठ्यक्रम

प्रथम चरण: लिखित परिक्षा

पूर्णाङ्क: ५०

द्वितीय चरण: अन्तर्वाता

पूर्णाङ्क: २०

परिक्षा योजना

प्रथम चरण: लिखित परिक्षा

पत्र	विषय	पूर्णाङ्क	उर्तीर्णाङ्क	परीक्षा प्रणीती	प्रश्न संख्या x अङ्क	समय
प्रथम	सेवा सम्बन्धी	५०	२०	बहुवैकल्पिक प्रश्न	२५ x २ अङ्क	४५ मिनेट

द्वितीय चरण: अन्तर्वाता

पूर्णाङ्क: २०

- ❖ नेपालको भुगोल . इतिहास र सामाजिक अवस्थाको सामान्य जानकारी
- ❖ नेपालको संविधान - मौलिक हकहरु
- ❖ राष्ट्रिय समसामयिक गतिविधिहरु
- ❖ राष्ट्रिय पोषण कार्यक्रमका निती तथा रणनीती
- ❖ बहुक्षेत्रिय पोषण योजना दोश्रो को परिचय तथा प्राथमिकताहरु
- ❖ पोषणको परिचय, महत्व र कुपोषणको वर्गीकरण
- ❖ खाद्य विविधिकरण

- ❖ किशोरावस्थाको पोषण
 - ❖ मातृ पोषण
 - ❖ शिशु तथा बाल्यकालिन पोषणको परिचय र महत्व
 - ❖ स्तनपान र यसको महत्व
 - ❖ बहु सुक्ष्म पोषक तत्वहरू
 - ❖ वृद्धि अनुगमन प्रवर्द्धन
 - ❖ शिशु तथा बाल्यकालीन पोषण बीचको सम्बन्ध
 - ❖ शीघ्र कुपोषण पहिचान र व्यवस्थापन
 - ❖ विशेष अवस्थामा पोषण सेवा
 - ❖ एकीकृत पोषण सेवा
 - ❖ पोषण कार्यक्रमका सूचकहरू
 - ❖ खानेपानी तथा सरसफाई
 - ❖ महिला शसक्तिकरण, महिलाहरूको आयआर्जन विकास र विस्तार, लैङ्गिक हिंसा,
 - ❖ बालबालिका तथा किशोर किशोरीहरूको संरक्षण
 - ❖ खाद्य वस्तुको पहुँच, उपलब्धता र उपभोगमा वृद्धि
 - ❖ पशुपन्छी जन्य खाद्य वस्तुको उत्पादन, पहुँच तथा उपभोग
 - ❖ विद्यालय दिवा खाजा पोषण मैत्री पाठ्यक्रम र शिक्षा
 - ❖ एकीकृत तरकारी खेती : मानवको खाद्य पोषण चक्रमा तरकारीको अवधारणा, महत्व र भूमिका, कौसी खेति / कृषि अभ्यास
 - ❖ पौष्टिक रूपमा महत्त्वपूर्ण खाद्य बाली र मानव पोषणमा तिनीहरूको भूमिका, खाद्य
 - ❖ बाली र सन्तुलित आहार
 - ❖ सन्तुलित आहारको महत्त्वपूर्ण तत्व र तिनका स्रोतहरू
 - ❖ अर्गानिक खेती : नेपालको सन्दर्भमा अवधारणा, महत्व र सान्दर्भिकता
 - ❖ खाद्य र पोषण सुरक्षाको महत्व, भूमिका
- कृषक समूह: गठन प्रक्रिया