# उत्तराखण्ड अधीनस्थ सेवा चयन आयोग

निकट– महाराणा प्रताप स्पोर्टस कॉलेज, थानों रोड़, रायपुर देहरादून।
(वेबसाइट–www.sssc.uk.gov.in ई–मेल–chayanayog@gmail.com)

पत्रांकः– 292 / गोपन / 2026–27 दिनांकः 17 नवंबर, 2026

## विज्ञप्ति / प्रवेश–पत्र

उत्तराखण्ड अधीनस्थ सेवा चयन आयोग द्वारा जारी विज्ञापन संख्या–82 / उ0अ0से0च0आ0 / 2026 दिनांक 15 सितंबर, 2026 में वन विकास निगम के अंतर्गत पदनाम–**स्केलर** के 200 रिक्त पदों की सीधी भर्ती हेतु विज्ञापन जारी किया गया है। उक्त विज्ञापित पदों की शारीरिक माप–जोख एवं दक्षता परीक्षा दिनांक **23 नवंबर, 2026 से** आयोजित की जा रही है।

1. अभ्यर्थियों को सूचित किया जाता है कि वे शारीरिक माप–जोख एवं दक्षता परीक्षा हेतु अपना प्रवेश–पत्र दिनांक 17 नवंबर, 2026 से आयोग की बेवसाइट **www.sssc.uk.gov.in** से डाउनलोड कर सकते हैं। प्रवेश–पत्र में अंकित परीक्षण स्थल पर अभ्यर्थियों को नियत तिथि व समयानुसार उपस्थित होना अनिवार्य है।
2. प्रत्येक अभ्यर्थी की शारीरिक माप–जोख एवं दक्षता परीक्षा दो दिवसों में संचालित की जानी हैं। प्रथम दिवस में अभ्यर्थियों को प्रातः 7:00 बजे परीक्षण केन्द्र पर उपस्थित होना है। प्रथम दिवस में बायोमैट्रिक उपस्थिति के उपरांत शारीरिक माप–जोख एवं दौड़ संचालित की जायेगी। माप–जोख एवं दौड़ में अर्ह अभ्यर्थियों की अगले दिवस में शारीरिक दक्षता की अन्य परीक्षाएं शॉट–पुट, ऊंची कूद, लम्बी कूद सेवा नियमावली में निर्धारित मानक के अनुसार संपादित की जायेगी।
3. उक्त पदों से संबंधित सेवा नियमावली के अनुसार 'ऐसे अभ्यर्थी को सीधी भर्ती द्वारा सेवा में किसी पद पर नियुक्त नहीं किया जायेगा, जिसकी दृष्टि में +/– 4.00 डायोप्टर से अधिक दोष हो। अतः अभ्यर्थियों को शारीरिक माप–जोख एवं दक्षता परीक्षा में सम्मिलित होने से पूर्व अपने–अपने परीक्षण स्थल पर अपने नेत्र परीक्षण की रिपोर्ट एवं प्रवेश पत्र के साथ संलग्न वचन पत्र के प्रारूप को पूर्ण रूप से भरकर उपलब्ध कराया जाना अनिवार्य है।
4. अभ्यर्थियों को शारीरिक माप–जोख में छूट के लिए पर्वतीय प्रमाण–पत्र या अनुसूचित जनजाति प्रमाण–पत्र मूल रूप में परीक्षण केन्द्र पर प्रस्तुत करना अनिवार्य है जिसकी एक छायाप्रति भी उपलब्ध करायी जानी आवश्यक है।
5. अभ्यर्थियों को प्रवेश–पत्र पृथक (डाक, ई–मेल इत्यादि माध्यम) से प्रेषित नहीं किये जायेंगे। प्रवेश पत्र इत्यादि से संबंधित किसी भी जानकारी हेतु आयोग कार्यालय के दूरभाष संख्या 9520991174 एवं 9520991172 तथा आयोग की ई–मेल आई0डी0 chayanayog@gmail.com पर संपर्क कर सकते हैं।
6. अभ्यर्थी यह सुनिश्चित कर लें कि उनके द्वारा डाउनलोड किये गये प्रवेश–पत्र पर बार कोड भी अंकित हो। शारीरिक माप–जोख एवं दक्षता परीक्षा में अनुपस्थित रहने की दशा में अभ्यर्थियों को पुनः अवसर नहीं दिया जायेगा।
7. शारीरिक परीक्षण के दौरान अभ्यर्थियों को स्मार्ट घड़ी, मोबाईल फोन, एवं अन्य इलेक्ट्रॉनिक उपकरण का प्रयोग प्रतिबंधित हैं।
8. अभ्यर्थी उक्त विज्ञप्ति के साथ प्रकाशित एडवाइजरी का भली–भांति अवलोकन करना सुनिश्चित करें।

(एन0 एस0 डुंगरियाल)
सचिव।

# स्केलर की शारीरिक दक्षता परीक्षा हेतु एडवाइजरी।

आयोग द्वारा विज्ञापन संख्याः 82/उ0अ0से0च0आ0/2026 दिनांक 15 सितंबर, 2026 में विज्ञापित वन विकास निगम के स्केलर के पदों शारीरिक माप–जोख एवं दक्षता परीक्षा दिनांक 23 नवंबर, 2026 से संचालित की जा रही है। शारीरिक माप–जोख परीक्षण में अर्ह पाये गये अभ्यर्थियों द्वारा शारीरिक दक्षता परीक्षा दौड़ (25 कि0मी0/14 कि0मी0), शॉट पुट, ऊंची कूद व लम्बी कूद के इवेंट्स में प्रतिभाग किया जायेगा। शारीरिक दक्षता परीक्षा में प्रतिभाग करने हेतु अभ्यर्थियों को निम्नानुसार सलाह दी जाती है कि:–

1. अभ्यर्थी शारीरिक दक्षता परीक्षा में प्रतिभाग करने से पूर्व पर्याप्त अभ्यास कर लें।

2. अभ्यर्थी शारीरिक दक्षता परीक्षा से पूर्व रात्रि को आराम कर लें व पर्याप्त नींद लें।

3. अभ्यर्थी शारीरिक दक्षता परीक्षा के पूर्व भारी/तेलीय भोजन न करें।

4. अभ्यर्थियों को सलाह दी जाती है कि वे यह सुनिश्चित कर लें कि वे शारीरिक दक्षता परीक्षा के दिन पूर्ण रूप से स्वस्थ हैं तथा दौड़ आदि इवेट्स के पूर्व वार्म–अप एवं स्ट्रेचिंग कर लें। इसके साथ ही परीक्षण स्थल पर तैनात विशेषज्ञों द्वारा दिये जा रहे निर्देशों को अच्छी तरह सुन लें व निर्देशों का पालन करें।

5. अभ्यर्थी शारीरिक दक्षता परीक्षा के लिए किसी भी प्रकार की शक्तिवर्धक दवाओं, ड्रग्स व अनावश्यक ड्रिंक इत्यादि का सेवन न करें।

6. शारीरिक दक्षता परीक्षा के दौरान सीने आदि में दर्द होने पर अभ्यर्थी जबरदस्ती न दौड़ें व दौड़ व अन्य इवेंट्स के दौरान स्वास्थ्य खराब होने पर इस संबंध में तुरन्त परीक्षण स्थल पर तैनात चिकित्सकों से सम्पर्क करें।

8. शारीरिक दक्षता परीक्षा के दिवस को अभ्यर्थी परीक्षण स्थल पर समय पर पहुंचे व दौड़ने व अन्य इवेंट्स के लिए उपयुक्त जूते व कपड़े पहन कर ही प्रतिभाग करें।

9. अभ्यर्थी दौड़ की शुरूआत में धीमी गति से दौड़े, फिर धीरे–धीरे गति बढ़ाएं।

10. दौड़ के समाप्त होने पर अभ्यर्थी अचानक रूकने से बचें, बल्कि 10 मिनट टहल लें, जिससे कि रक्त का प्रवाह सामान्य हो सके।