



राष्ट्रीय रोजगार सेवा
जिला रोजगार एवं स्वरोजगार मार्गदर्शन केन्द्र
जिला बीजापुर, (छत्तीसगढ़)


Office Phone/Fax No. 07853-220025

E-mail Id:- eexchange.bijapur@gmail.com

—:: प्रेस-विज्ञापित ::—

थल सेना भर्ती रैली बेहतरिया स्टेडियम बिलासपुर, जिला बिलासपुर (छ.ग.) में दिनांक 01 जून 2019 से प्रारम्भ हो रहा है। यह थल सेना भर्ती छत्तीसगढ़ राज्य के सभी जिलों के योग्य उम्मीदवारों के लिए है। इस थल सेना भर्ती हेतु वेबसाइट -www.joinindianarmy.nic.in पर दिनांक 02.04.2019 से 16.05.2019 के मध्य कार्यालय जिला रोजगार एवं स्वरोजगार मार्गदर्शन केन्द्र बीजापुर अथवा निजी कम्प्यूटर सेंटर में स्वयं उपस्थित होकर ऑनलाईन पंजीकरण/आवेदन कर सकते हैं। इस भर्ती रैली के लिए आवेदन करके 18 मई 2019 के बाद उक्त वेबसाइट अथवा अपनी ई-मेल आईडी पर लॉगइन करके अपने प्रवेश पत्र (तारीख और रैली स्थान के साथ) का प्रिंटआउट लेना होगा। उम्मीदवार अपने प्रवेश पत्र पर नवीनतम फोटो चिपकाने के बाद भर्ती प्रक्रिया में भाग ले सकते हैं।

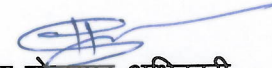
संलग्न :- विज्ञापन की प्रति।


जिला रोजगार अधिकारी
बीजापुर (छ.ग.)

क्रमांक/ 503 /जिरोकाबी/थल से.भ.रै./विज्ञ./2019/
प्रति,

बीजापुर दिनांक 30/ 04 /2019

1. कलेक्टर महोदय, जिला बीजापुर (छ.ग.) की ओर सादर सूचनार्थ।
2. जिला सूचना विज्ञान अधिकारी, जिला विज्ञान एवं सूचना केन्द्र (NIC) जिला बीजापुर (छ.ग.) की ओर प्रेषित कर निवेदन है, कि उक्त भर्ती विज्ञापन को एन.आई.सी. की जिला वेबसाइट में अपलोड करने का कष्ट करें।
3. जिला जनसम्पर्क अधिकारी, जिला जनसम्पर्क कार्यालय बीजापुर (छ.ग.) की ओर प्रेषित कर निवेदन है, कि उक्त भर्ती विज्ञापन का सभी समाचार-पत्रों एवं पत्रिकाओं में निःशुल्क प्रकाशित करने का कष्ट करें।
4. संबंधित कार्यालय प्रमुख की ओर प्रेषित कर निवेदन है, कि अपने-अपने विभागीय कार्यक्षेत्र स्तर पर पर्याप्त प्रचार-प्रसार कराने का कष्ट करें। ताकि बीजापुर जिला से अधिक से अधिक संख्या में योग्य शिक्षित उम्मीदवार उक्त भर्ती रैली में सम्मिलित होकर देश की सेवा के अवसर प्राप्त कर सकें।


जिला रोजगार अधिकारी
बीजापुर (छ.ग.)





छ.ग. राज्य के सभी जिलों के अविवाहित पुरुष आवेदकों के लिए भारतीय थल सेना में भर्ती होने का स्वर्णिम अवसर.



थल सेना भर्ती रैली -2019

- रैली स्थान** :- बेहतरिया स्टेडियम बिलासपुर जिला बिलासपुर (छ.ग.)
रैली प्रारंभ दिनांक :- 01.06.2019
ऑनलाईन पंजीकरण की तिथि :- दिनांक 02.04.2019 से 16.05.2019 तक
वेबसाइट :- www.joinindianarmy.nic.in
ऑनलाईन पंजीकरण की सुविधा :- जिला रोजगार कार्यालय बीजापुर (छ.ग.) में निः शुल्क अथवा अन्य कम्प्यूटर सेंटर पर ऑनलाईन पंजीयन कराया जा सकता है।

आवेदकों के लिए आवश्यक दिशा-निर्देश :-

- ऑनलाईन पंजीयन/आवेदन भरने के लिए आवेदक का आधार नम्बर एवं मोबाईल नम्बर अनिवार्य है।
- आवेदकों की सुविधा के लिए जिला रोजगार एवं स्वरोजगार मार्गदर्शन केन्द्र बीजापुर, कलेक्टोरेट परिसर बीजापुर (छ.ग.) में उक्त भर्ती रैली हेतु निःशुल्क ऑनलाईन पंजीयन/आवेदन भरने की सुविधा कार्यालयीन समय एवं दिवस पर उपलब्ध है।
- आवेदक इन्टरनेट द्वारा वेबसाइट www.joinindianarmy.nic.in पर किसी भी कम्प्यूटर सेंटर के माध्यम से ऑनलाइन आवेदन भर सकते हैं।
- आनलाईन पंजीयन/आवेदन तिथि- 02.04.2019 से 16.05.2019 तक।
- दिनांक 18.05.2019 के बाद इसी वेबसाइट/ अपने ई मेल आईडी पर प्रवेश पत्र, भर्ती रैली का तिथि, स्थान, समय की जानकारी प्राप्त कर सकते हैं।
- दिनांक- 01.10.2019 की स्थिति में आवेदक का जन्मतिथि दिनांक-01.10.1996 से 01.04.2002 के बीच का होना चाहिए।
- भर्ती स्थल पर आवेदक को चरित्र प्रमाण पत्र सरपंच/पार्षद/स्कूल प्राधानाचार्य/थाना प्रभारी द्वारा 3 माह के अन्दर जारी किया गया हो।
- भर्ती स्थल पर आवेदक को 10/- रुपये के स्टाम पेपर पर शपथ पत्र नोटरी द्वारा सत्यापित होना आवश्यक है।
- भर्ती स्थल पर आवेदक को अपने साथ तत्काल खीचा हुआ 20 रंगीन फोटो भर्ती स्थल पर ले जाना आवश्यक है।
- निवास प्रमाण-पत्र जिलाधीश/अनुविभागीय अधिकारी/तहसीलदार द्वारा जारी किया हुआ। सामान्य जाति के लिए नोटरी का शपथ-पत्र।
- जाति प्रमाण-पत्र अनुविभागीय अधिकारी द्वारा जारी किया हुआ (सभी जातियों के लिए)
- आवेदक अधिक जानकारी के लिये थल सेना भर्ती रैली विज्ञापन का अनिवार्यतः अवलोकन करे।
- भर्ती रैली में विभिन्न पदों हेतु आवश्यक योग्यताएँ :-

पद का नाम	आवश्यक शैक्षणिक योग्यता (न्यूनतम)	आयु (वर्ष)	शारीरिक योग्यता		
			कद (से.मी.)	वजन (किग्रा)	छाती (से.मी.)
सैनिक सामान्य ड्यूटी (जी.डी)	10 वीं पास	17 ^{1/2} से 21	168	50	77/82
सैनिक सामान्य ड्यूटी (अनुसूचित जनजाति)	10 वीं पास	17 ^{1/2} से 21	162	48	77/82
सैनिक तकनीकी /सैनिक तकनीकी (एविएशन और एम्मुनिशन परिक्षक)	12 वीं पास	17 ^{1/2} से 23	167	50	76/81
सैनिक नर्सिंग सहायक/सैनिक नर्सिंग सहायक (वेटनरी)	12 वी या समकक्ष पास	17 ^{1/2} से 23	167	50	77/82
सैनिक लिपिक (क्लर्क/स्टोर कीपर)	12 वी या समकक्ष पास	17 ^{1/2} से 23	162	50	77/82
सैनिक ट्रेड मैन्	8 वीं पास और उच्च शिक्षा प्राप्त	17 ^{1/2} से 23	168	48	76/81
	10वीं पास और उच्च शिक्षा प्राप्त				

उक्त शैक्षणिक योग्यता न्यूनतम है, शैक्षणिक योग्यताओं की विस्तृत जानकारी हेतु संलग्न विज्ञापन का अवलोकन अवश्य करें।

(अनुसूचित जनजाति के लिये :- कद- 162 से.मी., वजन - 48 कि.ग्रा.),

एन.सी.सी. प्रमाण-पत्र धारक नियमानुसार बोनस अंक तथा अंतर्राष्ट्रीय/राष्ट्रीय/राज्य स्तर के खिलाड़ियों को छूट दिया जायेगा।

वेतनमान एवं अन्य सुविधायें :-

क.	पद	लेवल/ सूचि	बेसिक वेतन	सैन्य सेवा वेतन	मंहगाई भत्ता 12%	कुल वेतन	क.	पद	लेवल/ सूचि	बेसिक वेतन	सैन्य सेवा वेतन	मंहगाई भत्ता 12%	कुल वेतन
1	सिपाही	1/3	21700	5200	3226	30126	4	नायब सूबेदार	2/6	35400	5200	4872	45472
2	नायक	1/4	25500	5200	3684	34384	5	सूबेदार	2/7	44900	5200	6012	56112
3	हवलदार	1/5	29200	5200	4126	38526	6	सूबेदार मेजर	2/8	47600	5200	6336	59136

नोट :- उपरोक्त वेतनमान सातवें वेतन आयोग की सिफारिशों पर आधारित है। सही वेतनमान रक्षा मंत्रालय की अधिसूचना के उपरांत लागू किया जायेगा।
 उपरोक्त वेतनमान के अलावा मंहगाई भत्ता, अन्य उपयुक्त लागू भत्ता देय है।

(क) भोजन, निवास एवं मुफ्त वर्दी।

(ग) वर्ष में 60 दिन का वार्षिक अवकाश और 30 दिन का आकस्मिक अवकाश।

(ख) सैनिक चिकित्सालय में मुफ्त चिकित्सा।

(घ) अवकाश पर यूनिट से घर जाने तक के लिए मुफ्त रेल सफर साल में एक/दो बार।

नोट :- अधिक जानकारी हेतु सेना भर्ती कार्या., रायपुर दूरभाष 0771-2575212 या मुख्यालय भर्ती कार्या. (म.प्र. एवं छ.ग.) कम्प्यूटर पृष्ठताछ दूरभाष 0761-2600242 से सम्पर्क करें।

जिला रोजगार एवं स्वरोजगार मार्गदर्शन केन्द्र, कलेक्टोरेट परिसर जिला बीजापुर (छ.ग.)



थल सेना भर्ती रैली



सैन्य प्रवेश की तैयारी एवं शारीरिक प्रशिक्षण हेतु टिप्स

भारतीय सेना में सेवा करना सौभाग्य है सेना में प्रवेश के लिए युवाओं को जिस्मानी तौर पर तन्दुरुस्त होना चाहिए। इसके लिए बहुत कुछ महत्वपूर्ण टिप्स दिये जा रहे हैं जिसे फिजिकल/शारीरिक परीक्षण में शामिल कर सकते हैं।

- वार्म अप:-** शरीर को सामान्य अवस्था से वार्म अप (शरीर को धीरे-धीरे से गर्म करना) स्थिति में लाना अनिवार्य है। बिना वार्म अप के आप अच्छे परिणाम प्राप्त नहीं कर सकते। इसलिए दौड़ने से पहले या अन्य किया - कलाप को जारी रखने के पहले आपके शरीर को वार्म -अप करना जरूरी है। वार्म-अप होने के लिए आप सबसे पहले छोटे-छोटे कदमों से जॉगिंग करते हुए आगे बढ़ें ज्यों-ज्यों आपका शरीर वार्म-अप होगा त्यों-त्यों आप दौड़ने की गति को बढ़ाते जाएं। यह किया आप अपने अभ्यास सत्र के दौरान सुविधानुसार हर रोज करें।
- फिजिकल ट्रेनिंग :-** प्रतिदिन कम से कम 1 घंटे का फिजिकल ट्रेनिंग प्रोग्राम बनावें जिसमें बेण्ड स्ट्रेच पुश -अप, रीच -डाउन, बीम पर लटकना, साइड जम्प और अन्य शारीरिक प्रशिक्षण कर सकते हैं।
- सामान्य ट्रेनिंग :-** प्रारंभ के दिनों 08 से 10 दिनों तक आप सामान्य अभ्यास करें ताकि स्टेमिना के साथ-साथ आपकी दौड़ के प्रति रुचि बने रहें।
- बॉडी बिल्डिंग न करें:-** जवानों से सलाह है कि जो अभ्यर्थी सैन्य प्रशिक्षण की तैयारी करते समय बॉडी बिल्डिंग का अभ्यास कर रहे हैं, उन्हें इस प्रशिक्षण अवधि के दौरान बॉडी बिल्डिंग का अभ्यास न करें क्योंकि इससे बॉडी लॉक होने की संभावना बनी रहती है। यदि वर्तमान समय में किसी के द्वारा किया जा रहा है तो उसे फौरन बंद कर दें।
- बीम में लटकना:-** बीम में लटकना सेना प्रशिक्षण का एक अनिवार्य अंग है। यदि कोई व्यक्ति बीम में लटकने का अभ्यास अच्छी तरह से करता है तो उसे अच्छे अंक मिलने की संभावना बढ़ जाती है। बीम में लटकने के लिए व्यक्ति अच्छा प्रदर्शन नहीं कर पा रहा है तो उसके कमर को पकड़कर उसे बीम में लटकने में उसकी मदद करें जिससे वह अच्छा प्रदर्शन कर सके। शारीरिक प्रशिक्षण में अच्छे अंक लाने के लिए बीम में 10 बार लटकने का अभ्यास करें।
- समूह में दौड़ लगाना:-** भर्ती के दिन अभ्यर्थी को समूह में दौड़ाया जाता है, इसलिए ध्यान देने वाली बात यह है कि अन्य अभ्यर्थी के साथ पैर न फंस जाये। इस बात का ध्यान रखें 110-15 युवाओं के समूह में दौड़ने का अभ्यास करें।
- जूते:-** आजकल गोल्डस्टार एवं अन्य तरह के हल्के -फुल्के जूते बाजार में उपलब्ध हैं, दौड़ने के लिए इन्हीं जूतों का उपयोग करना चाहिए। जूते की रस्सी टाइट बंधी होनी चाहिए ताकि दौड़ने में मदद मिल सके। जूते पैर से बड़े या छोटे नहीं होने चाहिए ताकि दौड़ने में कोई परेशानी न हो।
- दौड़ का अभ्यास:-** दौड़ते समय मुंह बंद रखकर दौड़ने का अभ्यास करें। मुंह खुला कर के दौड़ने से दम अधिक फूलता है जिससे आप जल्दी थक जायेंगे और दौड़ नहीं पायेंगे।
- पंजे के बल पर दौड़ना:-** अभ्यर्थी को पंजे के बल पर दौड़ने का ज्यादा अभ्यास करना चाहिए। एड़ी के बल पर दौड़ने का अभ्यास न करें।
- स्प्रिंट दौड़ लगाना:-** अभ्यर्थी को पंजे के बल पर दौड़ने का अभ्यास में स्प्रिंट दौड़ 100 से 150 मीटर तक को शामिल करें। इस छोटी दौड़ से एक फायदा यह है कि इससे अंतिम समय में दौड़ पूरा करने में समय की बहुत बचत होती है।

अन्य टिप्स:-

- सुबह नित्य किया से निवृत्त होकर अभ्यास करें। भरे पेट में अभ्यास न करें।
- शाकाहारी एवं संतुलित भोजन लें। सुबह नाश्ते में अंकुरित चने व दुध का उपयोग करें।
- दौड़ के पहले मूव ,ऑयलमेंट या अन्य कोई क्रीम न लगायें, क्योंकि इसे बॉडी लॉक होने का खतरा बना रहता है साथ ही शरीर में जकड़न भी पैदा हो सकती है।
- अभ्यास सत्र के 01 घण्टे बाद ठण्डे पानी से नहाकर अपने शरीर को सरसों तेल /नारियल के तेल से मॉलिश कर लें। इससे शरीर को ताजगी मिलेगी एवं थकावट महसूस नहीं होगी।
- नींद भी पर्याप्त मात्रा में लें।
- पानी या अन्य पेय पदार्थ जैसे नीबू पानी, ग्लूकोज पानी या शरबत अधिक मात्रा में ले ताकि शरीर में पानी की कमी ना हो
- दौड़ने का अभ्यास समूह बनाकर करें क्योंकि समूह में दौड़ने से क्षमताओं का विकास होता है।
- 1600 मीटर की दौड़ 10 बीम लगाना, 9 फीट गड्डा कूदना, बैलेसिंग बीम पर चलना, सीना 5 सेमी तक फूलाने का विशेष अभ्यास करें। नाखून काट कर आवें। कान एवं आंखें साफ रखें, बाल छोटे रखें।

थलसेना भर्ती रैली ऑनलाईन फार्म भरने के लिए प्रपत्र

01 June 2019 to 10 June 2019 at Behtariya Stadium Bilaspur

आवेदक अपना पासपोर्ट साईज नवीनतम फोटोग्राफ यहाँ चस्पा करें।

(नीचे ब्लॉक में हस्ताक्षर करें)

आवेदक इस प्रपत्र को सावधानीपूर्वक सुस्पष्ट अंग्रेजी के कैपिटल लेटर्स में भरा जावे। सभी जानकारी भरना अनिवार्य है। ई-मेल आईडी न होने की स्थिति में कृपया इसे रिक्त छोड़ दें। हस्ताक्षर एवं फोटोग्राफ साफ-सुथरे स्कैन योग्य होना अनिवार्य है।

आधार नं०	
मोबाईल नं०	
आवेदक का पूरा नाम (आधार कार्ड के अनुसार)	
पिता/अभिभावक का नाम (मैट्रिक प्रमाणपत्र के अनुसार)	
माता का नाम (मैट्रिक प्रमाणपत्र के अनुसार)	
जाति/वर्ग	
जन्म तिथि (मैट्रिक प्रमाणपत्र के अनुसार)	
आयु (01.10.2019 की स्थिति में।)	
ई-मेल पता	
उंचाई (न्यूनतम 162 सेमी.)	
वज़न (न्यूनतम 50 किग्रा)	
सीना बिना फुलाये (न्यूनतम 77 सेमी.)	
सीना फुलाने के बाद (न्यूनतम 82 सेमी.)	
राज्य	
ज़िला	
तहसील	
उच्चतम शैक्षणिक योग्यता	
दसवीं के अंकसूची का क्रमांक	
पूरा पता (पिन कोड सहित)	
सैनिक सामान्य ड्यूटी (जी.डी)	
1. सैनिक लिपिक (क्लर्क/स्टोर कीपर)	
2 सैनिक तकनीकी /सैनिक तकनीकी (एविऐशन और एम्मुनिशन परिक्षक)	
3. सैनिक नर्सिंग सहायक/ सैनिक नर्सिंग सहायक (वेटनरी)	
4. सैनिक ट्रेड मैन	

आवेदक उक्त बॉक्स के भीतर ही अपना हस्ताक्षर करें

उक्त चारों में से भरे जाने वाले पद पर टिक सही का निशान लगावे

नोट :- आवेदक अपनी शारीरिक योग्यताओं उंचाई, वजन एवं सीना का स्वयं जांच कर लेवे। आवेदक कक्षा 10वीं एवं 12वीं के अंकसूची और आधार कार्ड की छायाप्रति अनिवार्यतः संलग्न करें। आवेदक द्वारा इस फार्म को भरकर किसी भी कम्प्यूटर सेंटर से अथवा जिला रोजगार कार्यालय को प्रेषित कर ऑनलाईन फॉर्म भर सकते हैं। आवेदक की आयु दिनांक- 01.10.2019 की स्थिति में 17 वर्ष 6 माह से 23 वर्ष और जन्म तिथि 01.10.1996 से 01.04.2002 के बीच होना चाहिए।

