GKGRIPS • GUJARAT POLICE RECRUITMENT BOARD (GPRB)

ગુજરાત પોલીસ કોન્સ્ટેબલ અભ્યાસક્રમ 2026

લોકરક્ષક (LRD) કેડર – સત્તાવાર 200 ગુણનો અભ્યાસક્રમ: ભાગ A (80) અને ભાગ B (120) નું સાચું ગુણ-વિભાજન, દરેક ટોપિક બોર્ડે છાપ્યા મુજબ ગુજરાતીમાં, માર્કિંગ નિયમો, શારીરિક કસોટી અને ગુણ મુજબ તૈયારીનું આયોજન – સરળ ભાષામાં.



200	200	3	40%	-0.25
કુલ ગુણ પેપર 1 – MCQ	પ્રશ્નો દરેક 1 ગુણ	કલાક 180 મિનિટ	ક્વોલિફાઇંગ ભાગ A અને B અલગ	નેગેટિવ માર્કિંગ દરેક ખોટા જવાબે

ખાખી કવચ 2.0 આવનારી કોન્સ્ટેબલ ભરતી માટે GKGRIPS Mentorship Program – 20 Full Mock + 620 Topic Test + Notes. ટૂંક સમયમાં! વિગત આ પુસ્તિકાના અંતે. Telegram WhatsApp

ગુજરાત પોલીસ કોન્સ્ટેબલ (લોકરક્ષક) અભ્યાસક્રમ 2026 કુલ **200 ગુણ**નો છે – **ભાગ A: 80 ગુણ** અને **ભાગ B: 120 ગુણ**. મોટા ભાગની વેબસાઇટો અલગ જ વિભાજન બતાવે છે – રિઝનિંગ 50 ગુણ, બંધારણ 25 ગુણ. એ આંકડા **બીજા કેડર (PSI)** ના છે, લોકરક્ષકના નહીં.

આ પુસ્તિકામાં ગુણ સીધા **સત્તાવાર LRD અભ્યાસક્રમ દસ્તાવેજ**માંથી લીધા છે, અને ભાગ B નો દરેક ટોપિક બોર્ડે જે રીતે છાપ્યો છે તે જ રીતે ગુજરાતીમાં આપ્યો છે – જેથી ભાષાંતરમાં કંઈ ખોવાય નહીં.

01 કોન્સ્ટેબલ અભ્યાસક્રમ 2026 – એક નજરે

Gujarat Police Constable Syllabus Overview

બોર્ડ	Gujarat Police Recruitment Board (GPRB) – ગુજરાત પોલીસ ભરતી બોર્ડ
કેડર	લોકરક્ષક (LRD) – બિન-હથિયારી કોન્સ્ટેબલ (UPC), હથિયારી કોન્સ્ટેબલ (APC), SRPF
પેપર	પેપર 1 – MCQ આધારિત
ભાગ A	80 ગુણ
ભાગ B	120 ગુણ
કુલ ગુણ	200
કુલ પ્રશ્નો	200 – દરેક પ્રશ્ન 1 ગુણનો

સમય	3 કલાક (180 મિનિટ)
માધ્યમ	ફક્ત ગુજરાતી
નેગેટિવ માર્કિંગ	દરેક ખોટા જવાબે 0.25 ગુણ
ક્વોલિફાઇંગ ધોરણ	ભાગ A અને ભાગ B માં અલગ-અલગ 40%
સત્તાવાર વેબસાઇટ	gprb.gujarat.gov.in

02 કોન્સ્ટેબલ પરીક્ષા પદ્ધતિ 2026

Gujarat Police Constable Exam Pattern

200 ગુણ

પેપર	ભાગ	વિષય	ગુણ
પેપર 1 (MCQ)	ભાગ A	રિઝનિંગ અને ડેટા ઇન્ટરપ્રિટેશન (Reasoning & Data Interpretation)	**30**
પેપર 1 (MCQ)	ભાગ A	ક્વોન્ટિટેટિવ એપ્ટિટ્યુડ – ગણિત (Quantitative Aptitude)	**30**
પેપર 1 (MCQ)	ભાગ A	ગુજરાતી ભાષામાં ગદ્યસમીક્ષા (Comprehension in Gujarati Language)	**20**
		ભાગ A કુલ	**80**
પેપર 1 (MCQ)	ભાગ B	ભારતનું બંધારણ (The Constitution of India)	**30**
પેપર 1 (MCQ)	ભાગ B	રોજબરોજના બનાવો, વિજ્ઞાન અને ટેકનોલોજી, સામાન્ય જ્ઞાન	**40**
પેપર 1 (MCQ)	ભાગ B	ગુજરાત અને ભારતનો ઇતિહાસ, સાંસ્કૃતિક વારસો અને ભૂગોળ	**50**
		ભાગ B કુલ	**120**
		કુલ (Grand Total)	**200**

200 ગુણ કેવી રીતે વહેંચાયા છે?

ભાગ A 80 + ભાગ B 120



40% એટલે ખરેખર કેટલા ગુણ?

ભાગ A અને ભાગ B માં **અલગ-અલગ** પાસ થવું ફરજિયાત છે. બહુ ઓછા ઉમેદવારો આ નિયમને ખરા આંકડામાં ફેરવે છે:

32 / 80 માંથી — **ભાગ A:** 80 ગુણના 40% એટલે ઓછામાં ઓછા **32 ગુણ** જોઈએ.

48 / 120 માંથી — **ભાગ B:** 120 ગુણના 40% એટલે ઓછામાં ઓછા **48 ગુણ** જોઈએ.

ઉદાહરણ

ભાગ B માં **110** અને ભાગ A માં **30** લાવો – તો પણ તમે **બહાર**. કુલ 140 ગુણ હોવા છતાં મેરિટ લિસ્ટમાં તમારું નામ આવશે જ નહીં, કારણ કે ભાગ A માં 32 નથી થયા.

વિકલ્પ E નો નિયમ

- GPRB ના પેપરમાં દરેક પ્રશ્નમાં પાંચમો વિકલ્પ **E – "Not Attempted"** હોય છે.
- જવાબ ન આવડે તો **વિકલ્પ E** ભરો – કોઈ ગુણ કપાશે નહીં.
- પણ બબલ સાવ **ખાલી** છોડો તો **0.25 ગુણ કપાય** છે.
- સમયની ઉતાવળમાં 20 પ્રશ્ન ખાલી છોડ્યા = કારણ વગર **5 ગુણ** ગુમાવ્યા. છેલ્લી 5 મિનિટ ફક્ત છોડેલા પ્રશ્નો પર E ભરવા માટે રાખો.

03 ભાગ A નો અભ્યાસક્રમ

Part A Syllabus — **80 ગુણ**

1. રિઝનિંગ અને ડેટા ઇન્ટરપ્રિટેશન — 30 ગુણ

સત્તાવાર PDF માં આ ફક્ત મથાળા અને ગુણ તરીકે છે – ટોપિકની યાદી નથી. અગાઉનાં LRD પેપરોના આધારે આ ટોપિક અપેક્ષિત છે:

શ્રેણી (Series) | કોડિંગ-ડિકોડિંગ | લોહીના સંબંધો | દિશા જ્ઞાન | ક્રમ અને રેન્કિંગ | બેઠક વ્યવસ્થા | કેલેન્ડર | ઘડિયાળ | સિલોજિઝમ | વેન ડાયાગ્રામ | દર્પણ અને જળ પ્રતિબિંબ | આકૃતિ શ્રેણી | ડેટા સફિશિયન્સી | કોષ્ટક, બાર ગ્રાફ અને પાઇ ચાર્ટનું અર્થઘટન

2. ક્વોન્ટિટેટિવ એપ્ટિટ્યુડ (ગણિત) — 30 ગુણ

અહીં પણ સત્તાવાર ટોપિક યાદી નથી. અગાઉનાં પેપરોમાં આ ટોપિક પુછાયા છે:

- સંખ્યા પદ્ધતિ
- ટકાવારી
- નફો અને નુકસાન
- સાદું અને ચક્રવૃદ્ધિ વ્યાજ
- ગુણોત્તર અને પ્રમાણ
- સરેરાશ
- સમય અને કામ
- સમય અને અંતર
- ઉંમર
- લ.સા.અ. અને ગુ.સા.અ.
- ક્ષેત્રમિતિ (મેન્સ્યુરેશન)
- સંભાવના
- મિશ્રણ

3. ગુજરાતી ભાષામાં ગદ્યસમીક્ષા (Comprehension) — 20 ગુણ



આ એ વિષય છે જે નક્કી કરે છે કે ખોટું ગુણ-કોષ્ટક તમને નુકસાન કરશે કે નહીં. તે **20 ગુણ**નો છે અને ઘણી સાઇટો તેને લિસ્ટમાં લેતી જ નથી. સત્તાવાર સૂચના ટૂંકી અને સ્પષ્ટ છે:

"પ્રશ્નપત્રમાં આપવામાં આવેલ ફકરા પરથી પ્રશ્નોના જવાબ આપવાના રહેશે."

તમને ગુજરાતીમાં એક ફકરો અપાશે અને તેના આધારે પ્રશ્નોના જવાબ આપવાના રહેશે. સત્તાવાર દસ્તાવેજમાં વ્યાકરણની કોઈ અલગ યાદી નથી. ગુજરાતી તંત્રીલેખ (editorial) વાંચીને, સમય માપીને તેના પર પ્રશ્નો ઉકેલવાની પ્રેક્ટિસ કરો.

04 ભાગ B : ભારતનું બંધારણ
The Constitution of India — 30 ગુણ



ભાગ B માં સત્તાવાર PDF વિગતવાર બને છે. નીચેના ટોપિક બોર્ડે છાપ્યા મુજબ ગુજરાતીમાં જ આપેલા છે. બંધારણમાં ફક્ત **5 સત્તાવાર મુદ્દા** છે:

1. ભારતીય બંધારણ – ઉદ્ભવ અને વિકાસ, લાક્ષણિકતાઓ, આમુખ, મૂળભૂત અધિકારો અને ફરજો, રાજ્યનીતિના માર્ગદર્શક સિદ્ધાંતો, બંધારણની જોગવાઈઓ, બંધારણીય સુધારાની પ્રક્રિયા તથા સુધારાઓ, બંધારણનું અંતર્નિહિત માળખું
2. સંઘ અને રાજ્યના કાર્યો અને જવાબદારીઓ, સંસદીય વ્યવસ્થા, સંસદ અને રાજ્ય વિધાનમંડળ: માળખું, કાર્યો, સત્તા અને વિશેષાધિકારો, રાષ્ટ્રપતિ અને રાજ્યપાલની ભૂમિકા, કાર્યપાલિકા અને ન્યાયપાલિકા
3. સમવાય તંત્ર તથા કેન્દ્ર-રાજ્ય સંબંધો
4. બંધારણીય સંસ્થાઓ, વૈધાનિક, નિયમનકારી અને અર્ધ-ન્યાયિક સંસ્થાઓ
5. પંચાયતી રાજ તથા સ્થાનિક સ્વરાજની સંસ્થાઓ

સૌથી ઝડપી સ્કોર કરતો બ્લોક

પેપરમાં બંધારણ એ **સૌથી ઝડપી ગુણ આપતો** બ્લોક છે. ફક્ત 5 સત્તાવાર મુદ્દા, કન્ટેન્ટ નિશ્ચિત, અને કરંટ અફેર્સની જેમ દર વર્ષે બદલાતું નથી. મોટા ભાગના ઉમેદવારો તેને ઉપરછલ્લું વાંચીને સહેલા ગુણ ગુમાવે છે – તેને 30 ગુણ જેટલું માન આપો.

05 ભાગ B : રોજબરોજના બનાવો, વિજ્ઞાન-ટેકનોલોજી અને સામાન્ય જ્ઞાન

Current Affairs, Science & Technology, General Knowledge

40 ગુણ



રોજબરોજના બનાવો (Current Affairs): સત્તાવાર દસ્તાવેજમાં ફક્ત "રોજબરોજના બનાવો" લખેલું છે – એટલે નિયમિત દૈનિક ઘટનાઓ, કોઈ નિશ્ચિત સમયગાળો નહીં.

સામાન્ય જ્ઞાન (General Knowledge): ફક્ત મથાળા તરીકે.

વિજ્ઞાન અને ટેકનોલોજી: "રોજબરોજના જીવનમાં વિજ્ઞાન અને ટેકનોલોજી" – અને અહીં બોર્ડે **15 મુદ્દાની વિગતવાર યાદી** આપી છે:

1. ખાધસામગ્રીના પ્રાપ્તિસ્થાન અને આહારના ઘટકો, પાક ઉત્પાદન અને વ્યવસ્થાપન, અન્નસ્ત્રોતોમાં સુધારણા
2. સજીવના લક્ષણો, સજીવોમાં વિવિધતા, પોષણ, અનુકૂલન, સજીવોના વિવિધ અંગો અને તંત્રો, સજીવોનું સંરક્ષણ
3. આપણી આસપાસ થતાં ફેરફારો, ભૌતિક અને રાસાયણિક ફેરફારો
4. અંતર, ગતિ, બળ, દબાણ, ઘર્ષણ, ગુરુત્વાકર્ષણ, કાર્ય અને ઉર્જા
5. વિદ્યુત અને પરિપથ, વિદ્યુતપ્રવાહ અને તેની અસરો
6. કુદરતી અને કૃત્રિમ રેસા, કાપડ અને પ્લાસ્ટિક
7. એસિડ, બેઇઝ અને ક્ષાર
8. ચુંબક, ઉષ્મા, ધ્વનિ, દહન, ધાતુ, અધાતુ, કોલસો અને પેટ્રોલિયમ
9. સૂક્ષ્મજીવો, સ્વસ્થ શરીર, રોગ અને તેના કારણો
10. હવા અને તેનું બંધારણ, પવન, વાવાઝોડું અને ચક્રવાત, હવામાન અને આબોહવા, હવાનું પ્રદૂષણ
11. પાણી અને તેના પ્રાપ્તિસ્થાન, જળચક્ર, અતિવૃષ્ટિ, અનાવૃષ્ટિ, જળ સંગ્રહ, જળ સંરક્ષણ અને જળ પ્રદૂષણ
12. કચરાનો સંગ્રહ અને નિકાલ
13. ભૂમિ, જંગલ અને તેનું મહત્વ, કુદરતી સ્ત્રોતો, ઉર્જાના સ્ત્રોતો, જૈવ-ભૂ-રાસાયણિક ચક્રો
14. તારાઓ અને સૂર્યમંડળ
15. પર્યાવરણ અને તેની જાળવણી, પ્રદૂષણ અને તેનું નિયંત્રણ

સૌથી સસ્તો સ્ત્રોત – ધોરણ 6 થી 10 નાં પાઠ્યપુસ્તકો

વિજ્ઞાનની યાદી કેટલી ચોક્કસ છે તે જુઓ. મુદ્દા **1 થી 15** લગભગ બરાબર **ગુજરાત બોર્ડનાં ધોરણ 6 થી 10 નાં વિજ્ઞાનનાં પાઠ્યપુસ્તકો** સાથે મળતા આવે છે. આ 40 ગુણના બ્લોક માટે એ જ તમારો સૌથી સસ્તો અને સાચો સ્ત્રોત છે.

06 ભાગ B : ગુજરાત અને ભારતનો ઇતિહાસ, સાંસ્કૃતિક વારસો અને ભૂગોળ

History, Cultural Heritage & Geography of Gujarat and Bharat

50 ગુણ

પેપરનો **સૌથી મોટો એક બ્લોક** – 200 માંથી 50 ગુણ. ત્રણ પેટા-વિભાગ:

ઇતિહાસ (History)

- સિંધુખીણની સભ્યતા
- વૈદિક યુગ
- જૈન અને બૌદ્ધ ધર્મ
- ગણરાજ્યો તથા પ્રથમ મગધ સામ્રાજ્ય
- મધ્ય એશિયા સાથેનો સંપર્ક અને તેના પરિણામો
- હરિયંક, નંદ, મૌર્ય, શૃંગ, કણ્વ, શક, કુષાણ, સાતવાહન, ગુપ્ત, હર્ષવર્ધન, પલ્લવ, ચાલુક્ય, ગુર્જર પ્રતિહાર, ચૌલ, પાલ, દિલ્હી સલ્તનત, મુગલ સામ્રાજ્ય, વિજયનગર સામ્રાજ્ય, મરાઠા તથા અન્ય ભારતીય રાજાઓ તથા રાજવંશો – તેના શાસકો, વહીવટીતંત્ર, આર્થિક-સામાજિક પરિસ્થિતિ, ધર્મ, સાહિત્ય, કલા અને સંસ્કૃતિ
- ભારતમાં યુરોપિયન વેપારી કંપનીઓનું આગમન તથા સર્વોચ્યતા માટેનો તેમનો સંઘર્ષ
- ભારતમાં કંપની શાસન
- 1857 નો બળવો અને ભારતમાં બ્રિટીશ તાજનું સીધું શાસન
- ભારતની સ્વાતંત્ર્યતા માટેની ચળવળ તથા સ્વતંત્રતા પ્રાપ્તિ તથા આઝાદી પછીનું ભારત
- 19મી તથા 20મી સદીમાં ભારતમાં ધાર્મિક અને સામાજિક સુધારા આંદોલનો
- ગુજરાતના રાજવંશો, તેના શાસકો, વહીવટીતંત્ર, આર્થિક-સામાજિક પરિસ્થિતિ, ધર્મ, સાહિત્ય, કલા અને સંસ્કૃતિ

સાંસ્કૃતિક વારસો (Cultural Heritage)

- ભારત અને ગુજરાતનો સાંસ્કૃતિક વારસો: કળાસ્વરૂપો, સાહિત્ય, શિલ્પ, સ્થાપત્ય, સંગીત, નૃત્ય ઇત્યાદિ
- ભારતીય જીવન પરંપરા, મેળા, ઉત્સવો, ખાણી-પીણી, પોશાક અને પરંપરાઓ
- ગુજરાતના સંગ્રહસ્થાનો, પુસ્તકાલય પ્રવૃત્તિ, સાંસ્કૃતિક-ધાર્મિક-સાહિત્યિક મહત્વ
- ગુજરાતી રંગભૂમિ: નાટકો, ગીતો, નાટ્યમંડળીઓ
- આદિવાસી જનજીવન: તહેવારો, મેળા, પોશાક, ધાર્મિક વિધિઓ
- ગુજરાતી સાહિત્ય: પ્રવાહો, વળાંકો, સાહિત્યકારો, સાહિત્યિક રચનાઓ અને સાહિત્ય સંસ્થાઓ
- ગુજરાતના તીર્થસ્થળો અને પર્યટનસ્થળો

ગુજરાત અને ભારતની ભૂગોળ (Geography)

- **સામાન્ય ભૂગોળ:** સૂર્યમંડળના ભાગરૂપ પૃથ્વી, પૃથ્વીની ગતિ, સમય અને ઋતુની વિભાવના, પૃથ્વીની આંતરિક સંરચના, મુખ્ય ભૂમિ સ્વરૂપો અને તેની લાક્ષણિકતાઓ, વાતાવરણની સંરચના અને સંગઠન, આબોહવાના તત્વો અને પરિબળો, વાયુ સમુચ્ચય અને વાતાગ્ર, વાતાવરણીય વિક્ષોભ, આબોહવાકીય બદલાવ, મહાસાગરો: ભૌતિક, રાસાયણિક, જૈવિક લાક્ષણિકતાઓ, જલીય આપત્તિઓ, દરિયાઈ અને ખંડીય સંસાધનો
- **ભૌતિક ભૂગોળ:** મુખ્ય પ્રાકૃતિક વિભાગો, ભૂકંપ, ભૂસ્ખલન, ચક્રવાત, પૂર તથા અન્ય કુદરતી આફતો, વિવિધ આબોહવા પ્રદેશો, કુદરતી વનસ્પતિ, રાષ્ટ્રીય ઉધાન અને અભયારણ્ય, જમીનના મુખ્ય પ્રકારો, ખડકો અને ખનિજો
- **સામાજિક ભૂગોળ:** વસ્તીનું વિતરણ, વસ્તી, ઘનતા, વસ્તીવૃદ્ધિ, સ્ત્રી પુરુષ પ્રમાણ, સાક્ષરતા, જનજાતિઓ, નૃજાતિ સમૂહ, ભાષાકીય સમૂહ
- **આર્થિક ભૂગોળ:** અર્થતંત્રના મુખ્ય વિભાગ, કૃષિ, ઉદ્યોગ, સેવાઓ, તેમની મુખ્ય લાક્ષણિકતાઓ, પાયાના ઉદ્યોગો – કૃષિ, ખનીજ, જંગલ, ઇંધણ (બળતણ) અને માનવ શ્રમ આધારિત ઉદ્યોગો, પરિવહન અને વેપાર
- વર્તમાન પ્રવાહોના સંદર્ભમાં ભૂગોળ

PSI થી તફાવત

લોકરક્ષક અભ્યાસક્રમમાં ભૂગોળ **ગુજરાત અને ભારત** સુધી જ છે – PSI અભ્યાસક્રમની જેમ "વિશ્વ" શબ્દ અહીં નથી. અને PSI માં જે "જાહેર પ્રશાસન" (Public Administration) ના મુદ્દા છે, તે અહીં બિલકુલ નથી.

07 સત્તાવાર PDF જે તમને કહેતું નથી
What the Official PDF Does Not Tell You

સત્તાવાર દસ્તાવેજ ધ્યાનથી વાંચશો તો ખબર પડશે કે તે કેટલું બધું છોડી દે છે. આ ખાલી જગ્યાઓ જાણવાથી તમે બીજે ક્યાંક બનાવેલી "વિગતો" પર ભરોસો નહીં કરો.

- **વિષય દીઠ પ્રશ્નોની સંખ્યા નથી.** PDF ફક્ત ગુણ આપે છે. દરેક પ્રશ્ન 1 ગુણનો હોવાથી 30 ગુણ = લગભગ ચોક્કસ 30 પ્રશ્નો, પણ બોર્ડ એવું લખતું નથી.
- **ભાગ A માટે ટોપિક યાદી નથી.** રિઝનિંગ, ગણિત અને ગુજરાતી ગદ્યસમીક્ષા ફક્ત મથાળા અને ગુણ તરીકે છે. ઓનલાઇન દેખાતી કોઈ પણ વિગતવાર ભાગ A યાદી – આ પુસ્તિકાની પણ – અગાઉનાં પેપરો પરથી બનાવેલી છે.
- **સમય, નેગેટિવ માર્કિંગ કે ક્વોલિફાઇંગ ટકાવારી નથી.** એ બધું ભરતી નિયમો અને જાહેરાતમાંથી આવે છે, અભ્યાસક્રમ દસ્તાવેજમાંથી નહીં.
- **પેપર 2 નથી.** દસ્તાવેજનું મથાળું "PAPER-1" છે પણ લોકરક્ષક માટે પેપર 2 નો કોઈ અભ્યાસક્રમ નથી. કેટલીક વેબસાઇટો કોન્સ્ટેબલ માટે 100 ગુણનું વર્ણનાત્મક પેપર 2 બતાવે છે – 2026-27 ની જાહેરાત આવે ત્યાં સુધી તેને **અપુષ્ટ** ગણો.

08 અભ્યાસનો સમય કેવી રીતે વહેંચવો?

How to Split Your Study Time

તમારો કમ્ફર્ટ ઝોન નહીં, **ગુણ** તમારું ટાઇમટેબલ નક્કી કરે.

બ્લોક	ગુણ	પેપરનો હિસ્સો	સૂચિત અભ્યાસ સમય
ઇતિહાસ, વારસો, ભૂગોળ	50	25%	સૌથી વધુ
કરંટ અફેર્સ, વિજ્ઞાન, GK	40	20%	વધુ – અને રોજ
બંધારણ	30	15%	મધ્યમ – ઝડપી સ્કોર
રિઝનિંગ	30	15%	મધ્યમ – પ્રેક્ટિસ આધારિત
ગણિત	30	15%	મધ્યમ – પ્રેક્ટિસ આધારિત
ગુજરાતી ગદ્યસમીક્ષા	20	10%	સૌથી ઓછો – પણ છોડશો નહીં



યાદ રાખો

- ભાગ B માં 200 માંથી **120 ગુણ** છે. સમય ઓછો હોય તો પહેલાં ભાગ B સાચવો.
- બંધારણ બ્લોક પેપરનો સૌથી ઝડપી સ્કોરર છે – ફક્ત 5 સત્તાવાર મુદ્દા, નિશ્ચિત કન્ટેન્ટ, દર વર્ષે બદલાતું નથી.
- પણ 40% નો નિયમ ભૂલશો નહીં – ભાગ A માં 32 ગુણ એ કડક ફ્લોર છે.



09 શારીરિક કસોટીનાં ધોરણો
Physical Test Standards

1. **શારીરિક ક્ષમતા કસોટી (PET)** — દોડ — ફક્ત ક્વોલિફાઇંગ
2. **શારીરિક માપ કસોટી (PST)** — ઊંચાઈ અને છાતી — ફક્ત ક્વોલિફાઇંગ
3. **લેખિત પરીક્ષા** — પેપર 1 – 200 ગુણ MCQ — મેરિટ અહીંથી બને

શારીરિક તબક્કો પાસ કર્યા પછી જ લેખિત પરીક્ષા સુધી પહોંચાય છે. PET અને PST બંને **ફક્ત ક્વોલિફાઇંગ** છે – તેના ગુણ મેરિટમાં ઉમેરાતા નથી.

શારીરિક ક્ષમતા કસોટી (PET) – દોડ

કેટેગરી	અંતર	સમય મર્યાદા	જરૂરી ઝડપ
પુરુષ	5,000 m	25 મિનિટ	આશરે 5:00 મિનિટ/km
મહિલા	1,600 m	9 મિનિટ 30 સેકન્ડ	આશરે 5:56 મિનિટ/km
માજી સૈનિક	2,400 m	12 મિનિટ 30 સેકન્ડ	આશરે 5:12 મિનિટ/km



GPRB એ જાહેરમાં સલાહ આપી છે કે ઉમેદવારો જાહેરાત પહેલાં જ દોડની પ્રેક્ટિસ શરૂ કરે. શારીરિક કસોટી **ડિસેમ્બર 2026** જેટલી વહેલી પણ આવી શકે છે.

શારીરિક માપ કસોટી (PST) – પુરુષ ઉમેદવારો

કેટેગરી	ઊંચાઈ	છાતી (ફુલાવ્યા વગર)	છાતી (ફુલાવીને)
અનુસૂચિત જનજાતિ (ગુજરાતના મૂળ)	162 cm	79 cm	84 cm
અન્ય તમામ	165 cm	79 cm	84 cm

નોંધ

મહિલા ઉમેદવારો માટે ઊંચાઈ અને વજનનાં ધોરણો **2026-27 ની જાહેરાત** મુજબ લાગુ પડશે – જાહેરાત આવે ત્યારે તે ચકાસી લેવાં.

10 ગુણ મુજબ ચાલતી તૈયારીની ટિપ્સ
Preparation Tips That Follow the Marks

1. **જાડી ગાઇડ નહીં, ગુજરાત બોર્ડનાં પાઠ્યપુસ્તકો ખરીદો.** સત્તાવાર અભ્યાસક્રમની વિજ્ઞાનની યાદી ધોરણ 6 થી 10 ના ગુજરાત બોર્ડ વિજ્ઞાન સાથે લગભગ મુદ્દા-દર-મુદ્દા મળે છે. સામાજિક વિજ્ઞાનનાં પુસ્તકો 50 ગુણના ઇતિહાસ-ભૂગોળ બ્લોકનો મોટો ભાગ આવરી લે છે.
2. **પહેલા દિવસથી ગુજરાતીમાં જ વાંચો.** પેપર ફક્ત ગુજરાતીમાં હોય છે. અંગ્રેજી મટીરિયલથી તૈયારી કરનારા પરીક્ષા ખંડમાં "વાતાગ્ર" અને "જૈવ-ભૂ-રાસાયણિક ચક્રો" જેવા શબ્દોનું ભાષાંતર કરવામાં સમય ગુમાવે છે.
3. **બંધારણને 30 ગુણ જેટલું માન આપો.** 5 સત્તાવાર મુદ્દા, બધું નિશ્ચિત કન્ટેન્ટ. મોટા ભાગના ઉમેદવારો તેને ઉપરછલ્લું વાંચી સહેલા ગુણ ગુમાવે છે.
4. **ગુજરાતી ગદ્યસમીક્ષાની પ્રેક્ટિસ ટાઇમર સાથે કરો.** 20 ગુણ છે અને શુદ્ધ ટેકનિક છે. રોજ એક ગુજરાતી અખબારનો તંત્રીલેખ વાંચો અને તેના પર 3 પ્રશ્નો લખો.
5. **દરેક મોકમાં ભાગ A અલગ ટ્રેક કરો.** 40% ના નિયમને કારણે ભાગ A માં 32 ગુણ કડક ફ્લોર છે. ભાગ B માં મજબૂત ઘણા ઉમેદવારો અહીં જ નાપાસ થાય છે.
6. **વિકલ્પ E ની પ્રેક્ટિસ જાણી-જોઈને કરો.** દરેક મોકમાં ખાલી છોડવાને બદલે E માર્ક કરો. ખરા પેપર પહેલાં આદત બનાવો.
7. **દોડવાનું આજથી શરૂ કરો.** GPRB એ જાહેરાત પહેલાં દોડની પ્રેક્ટિસ શરૂ કરવાની સલાહ આપી છે. શારીરિક કસોટી ડિસેમ્બર 2026 જેટલી વહેલી આવી શકે છે.

11 ટાળવા જેવી સામાન્ય ભૂલો
Common Mistakes to Avoid

- રિઝનિંગ 50 ગુણ બતાવતા ગુણ-કોષ્ટકને અનુસરવું. એ લોકરક્ષકનું વિભાજન નથી.
- કોઈ વેબસાઇટે લિસ્ટ ન કર્યું એટલે ગુજરાતી ગદ્યસમીક્ષા છોડી દેવી.
- વિકલ્પ E માર્ક કરવાને બદલે પ્રશ્નો ખાલી છોડવા.
- ફક્ત ભાગ B ની તૈયારી કરવી અને માની લેવું કે ઊંચો કુલ સ્કોર બચાવી લેશે.
- કરંટ અફેર્સ ફક્ત એક વર્ષનું વાંચવું. અભ્યાસક્રમ કહે છે "રોજબરોજના બનાવો" – એટલે નિયમિત દૈનિક ઘટનાઓ, નિશ્ચિત સમયગાળો નહીં.
- 2026-27 ની જાહેરાત આવે ત્યાં સુધી પુસ્તક ખોલવાની રાહ જોવી.

12 મહત્વની લિંક
Important Links

સ્ત્રોત	લિંક
સત્તાવાર LRD અભ્યાસક્રમ PDF (લોકરક્ષક કેડરનો અભ્યાસક્રમ)	gprb.gujarat.gov.in → Downloads / Recruitment
GPRB સત્તાવાર વેબસાઇટ	gprb.gujarat.gov.in

સ્ત્રોત	લિંક
OJAS – અભ્યાસક્રમ અને ઓનલાઇન અરજી	ojas.gujarat.gov.in
લોકરક્ષક ભરતી 2026-27 જાહેરાત	અપેક્ષિત: સપ્ટેમ્બર–ઓક્ટોબર 2026 (OJAS પર)
અગાઉનાં વર્ષોનાં પેપર, ટેસ્ટ સિરીઝ, PDF	GKGRIPS App – Google Play Store

ફક્ત બે સ્ત્રોત

સત્તાવાર દસ્તાવેજ **"લોકરક્ષક કેડરનો અભ્યાસક્રમ"** નામે છે અને ફક્ત **4 પાનાં**નો છે – પેપર 1, ભાગ A અને ભાગ B. તેને ફક્ત gprb.gujarat.gov.in અથવા ojas.gujarat.gov.in પરથી જ ડાઉનલોડ કરો.

13 વારંવાર પુછાતા પ્રશ્નો
Frequently Asked Questions

Q ગુજરાત પોલીસ કોન્સ્ટેબલ અભ્યાસક્રમ 2026 ના કુલ ગુણ કેટલા?

પેપર **200 ગુણ**નું છે – 200 પ્રશ્નો, દરેક 1 ગુણનો. ભાગ A 80 ગુણનો છે (રિઝનિંગ, ગણિત, ગુજરાતી ગદ્યસમીક્ષા). ભાગ B 120 ગુણનો છે (બંધારણ; કરંટ અફેર્સ + વિજ્ઞાન + GK; ઇતિહાસ + સાંસ્કૃતિક વારસો + ભૂગોળ).

Q કોન્સ્ટેબલ અભ્યાસક્રમ 2026 ની PDF ક્યાંથી ડાઉનલોડ કરવી?

સત્તાવાર LRD અભ્યાસક્રમ PDF GPRB ની વેબસાઇટ gprb.gujarat.gov.in અને OJAS પોર્ટલ પર પ્રકાશિત થાય છે. ફક્ત આ બે સ્ત્રોતમાંથી જ ડાઉનલોડ કરો. દસ્તાવેજનું નામ "લોકરક્ષક કેડરનો અભ્યાસક્રમ" છે અને તે 4 પાનાંનો છે – પેપર 1, ભાગ A અને ભાગ B.

Q શું કોન્સ્ટેબલ અભ્યાસક્રમ ગુજરાતીમાં ઉપલબ્ધ છે?

હા. સત્તાવાર દસ્તાવેજમાં ભાગ B ના તમામ ટોપિક ગુજરાતીમાં છે. વિષયનાં મથાળાં અંગ્રેજીમાં છે, જ્યારે બંધારણ, વિજ્ઞાન, ઇતિહાસ, સાંસ્કૃતિક વારસો અને ભૂગોળ હેઠળના વિગતવાર ટોપિક ગુજરાતીમાં છે. લેખિત પરીક્ષા પોતે પણ **ફક્ત ગુજરાતીમાં** લેવાય છે.

Q શું કોન્સ્ટેબલ પરીક્ષામાં નેગેટિવ માર્કિંગ છે?

હા. દરેક ખોટા જવાબે **0.25 ગુણ** કપાય છે. દરેક પ્રશ્નમાં વિકલ્પ E "Not Attempted" પણ હોય છે. E પસંદ કરો તો કોઈ ગુણ કપાતા નથી. પણ E માર્ક કર્યા વગર પ્રશ્ન સાવ ખાલી છોડો તો પણ 0.25 ગુણ કપાય છે.

Q કોન્સ્ટેબલ 2026 માટે ઓછામાં ઓછા ક્વોલિફાઇંગ ગુણ કેટલા?

ભાગ A અને ભાગ B માં **અલગ-અલગ 40%**. ખરા આંકડામાં: ભાગ A માં 80 માંથી ઓછામાં ઓછા **32** અને ભાગ B માં 120 માંથી ઓછામાં ઓછા **48**. કોઈ પણ એક ભાગમાં નાપાસ થાઓ તો કુલ સ્કોર ગમે તેટલો ઊંચો હોય, મેરિટ લિસ્ટમાંથી બહાર.

ઇતિહાસ અને ભૂગોળમાંથી કેટલા પ્રશ્નો આવે છે?

ગુજરાત અને ભારતનો ઇતિહાસ, સાંસ્કૃતિક વારસો અને ભૂગોળ **50 ગુણ**નો છે – પેપરનો સૌથી મોટો એક બ્લોક. તેમાં સિંધુખીણથી આઝાદી પછીનું ભારત, ગુજરાતના રાજવંશો, ગુજરાતી સાહિત્ય અને રંગભૂમિ, આદિવાસી જનજીવન, અને સામાન્ય-ભૌતિક-સામાજિક-આર્થિક ભૂગોળ આવે છે.

શું LRD કોન્સ્ટેબલ અભ્યાસક્રમ PSI અભ્યાસક્રમ જેવો જ છે?

ના. મોટા ભાગની ગૂંચવણ અહીંથી જ શરૂ થાય છે. PSI કેડરમાં ગુણ-વિભાજન અલગ છે અને એક વર્ણનાત્મક પેપર પણ છે. ઘણી વેબસાઇટો કોન્સ્ટેબલના મથાળા નીચે PSI નું ગુણ-વિભાજન છાપે છે. લોકરક્ષક દસ્તાવેજમાં "ગુજરાતી ભાષામાં ગદ્યસમીક્ષા" 20 ગુણનો અલગ વિષય છે – જે PSI ના કોષ્ટકમાં નથી.

શું કોન્સ્ટેબલ માટે વર્ણનાત્મક પેપર 2 છે?

સત્તાવાર LRD અભ્યાસક્રમ દસ્તાવેજ ફક્ત પેપર 1 આવરે છે અને તેમાં પેપર 2 નો કોઈ અભ્યાસક્રમ નથી. કેટલીક વેબસાઇટો કોન્સ્ટેબલ માટે 100 ગુણનું વર્ણનાત્મક પેપર બતાવે છે. 2026-27 ની જાહેરાત પુષ્ટિ ન કરે ત્યાં સુધી 200 ગુણના પેપર 1 ને જ લક્ષ્ય ગણો અને જાહેરાત આવે ત્યારે ચકાસો.

કોન્સ્ટેબલ પરીક્ષાનો સમય કેટલો છે?

લેખિત પરીક્ષા 200 પ્રશ્નો માટે **3 કલાક** (180 મિનિટ) ચાલે છે – એટલે દરેક પ્રશ્ન માટે આશરે 54 સેકન્ડ. પેપર OMR આધારિત છે, એટલે ઉત્તરપત્રક ભરવા અને છોડેલા પ્રશ્નો પર વિકલ્પ E માર્ક કરવા માટે અંતે સમય રાખો.

કોન્સ્ટેબલ અભ્યાસક્રમ 2026 માટે કયાં પુસ્તકો વાપરવાં?

ગુજરાત બોર્ડનાં ધોરણ 6 થી 10 નાં વિજ્ઞાન અને સામાજિક વિજ્ઞાનનાં ગુજરાતી પાઠ્યપુસ્તકોથી શરૂઆત કરો – સત્તાવાર વિજ્ઞાન ટોપિક યાદી તેની સાથે ઘણી નજીકથી મળે છે. તેમાં ગુજરાતી કરંટ અફેર્સ માસિક, ગુજરાતીમાં બંધારણનું સંદર્ભ પુસ્તક અને રિઝનિંગ-ગણિતની પ્રેક્ટિસ માટે અગાઉનાં LRD પેપરો ઉમેરો.

COMING SOON • ટૂંક સમયમાં

આવનારી પોલીસ કોન્સ્ટેબલની મોટી ભરતી માટે

GKGRIPS પ્રસ્તુત

ખાખી કવચ 2.0

KHAKI KAVACH 2.0 • Mentorship Program

લોકરક્ષક 2026 માટે સંપૂર્ણ તૈયારીનું કવચ – શરૂ થવા જઈ રહ્યું છે



એક જ Mentorship માં તમને શું મળશે?

20

Full Mock Test

દરેક **200 ગુણ**ની – ખરી પરીક્ષા જેવી જ પદ્ધતિ, ભાગ A + ભાગ B, વિકલ્પ E સાથે

620

Topic Test

દરેક **30 ગુણ**ની – **Syllabus-wise**, દરેક ટોપિક પર અલગ ટેસ્ટ

4 in 1

Study Material

- Audio Notes
- PDF Study Notes
- Mind Map
- Current Affairs

640 ટેસ્ટ • **22,600+ ગુણની પ્રેક્ટિસ** • **બધું એક જ Mentorship માં**

કોન્સ્ટેબલની તૈયારી કરવી હોય તો અમારી ચેનલમાં જોડાઈ જાઓ!

ટૂંક સમયમાં **ખાખી કવચ 2.0** Mentorship ની જાહેરાત ચેનલ પર થશે – સૌથી પહેલાં માહિતી, ફ્રી ટેસ્ટ અને PDF ત્યાં જ મળશે. Telegram અથવા WhatsApp – જે ગમે તે!

Join Telegram Channel

Join WhatsApp Channel



14 સાચા ગુણ-કોષ્ટકથી શરૂઆત કરો
Start With the Right Marks Table

ગુજરાત પોલીસ કોન્સ્ટેબલ અભ્યાસક્રમ 2026 એવા ઉમેદવારોને ફળ આપે છે જે તેના સારાંશને બદલે **સત્તાવાર દસ્તાવેજ** વાંચે છે. ભાગ B માં 200 માંથી 120 ગુણ છે, અને એકલો ઇતિહાસ-વારસો-ભૂગોળ બ્લોક 50 ગુણનો છે.

જો તમે તમારો દિવસ "100 ગુણના રિઝનિંગ અને ગણિત" આસપાસ ગોઠવતા હો, તો તમે **ખોટા પેપરની તૈયારી** કરી રહ્યા છો. એ બે વિષય અહીં **60 ગુણ**ના છે.

આજે જ કરો

- gprb.gujarat.gov.in પરથી સત્તાવાર LRD અભ્યાસક્રમ PDF ડાઉનલોડ કરો.
- ખરા ગુણ-વિભાજન (80 + 120) આસપાસ તમારું ટાઇમટેબલ ફરીથી બનાવો.
- ધોરણ 6 થી 10 નાં ગુજરાત બોર્ડ પાઠ્યપુસ્તકો હાથમાં લો અને દોડવાનું શરૂ કરો.

"આ ટોપી ફક્ત યુનિફોર્મનો ભાગ નથી – એ તમારા માતા-પિતાનું સપનું છે."



આજે વાંચેલું દરેક પાનું, દોડેલો દરેક કિલોમીટર અને ભરેલો દરેક વિકલ્પ E તમને એ દિવસની નજીક લઈ જાય છે – જ્યારે તમે આ ટોપી પહેરીને પહેલી વાર ઘરે પગ મૂકશો.

સાચા ગુણ-કોષ્ટકથી શરૂઆત કરો. આજે જ.



GKGRIPS – તમારી તૈયારીમાં હંમેશાં સાથે

સ્ત્રોત: ગુજરાત પોલીસ ભરતી બોર્ડ – સત્તાવાર લોકરક્ષક કેડરનો અભ્યાસક્રમ દસ્તાવેજ (પેપર 1, ભાગ A અને ભાગ B). મૂળ લેખ: gkgrips.com/gujarat-police-constable-syllabus/ – GKGRIPS Editorial Team. PSI કેડરની પણ તૈયારી કરતા હો તો GKGRIPS ની "ગુજરાત પોલીસ PSI અભ્યાસક્રમ 2026" પુસ્તિકા જુઓ – એ પેપર 300 ગુણનું છે અને તેની પદ્ધતિ સાવ અલગ છે.