

SSC MTS Physical Eligibility for Male 2025 (हवलदार – पुरुष)

Physical Efficiency Test (PET)

क्र.सं.	कार्य	मानदंड (Criteria)
1	पैदल चलना (Walking)	1600 मीटर को 15 मिनट में पूरा करना अनिवार्य है

Physical Standard Test (PST)

शारीरिक मानक	अनिवार्य मापदंड	विशेष छूट (आरक्षित श्रेणियों हेतु)
ऊंचाई (Height)	157.5 से.मी.	गढ़वाली, असमी, गोरखा एवं अनुसूचित जनजातियों को 5 से.मी. की छूट
छाती (Chest)	81 से.मी. (फुली एक्सपैंडेड), न्यूनतम 5 से.मी. का विस्तार	लागू

SSC MTS Physical Eligibility for Female 2025 (हवलदार – महिला)

Physical Efficiency Test (PET)

क्र.सं.	कार्य	मानदंड (Criteria)
---------	-------	-------------------

1	पैदल चलना (Walking)	1 किलोमीटर को 20 मिनट में पूरा करना अनिवार्य है
---	---------------------	---

✓ Physical Standard Test (PST)

शारीरिक मानक	अनिवार्य मापदंड	विशेष छूट (आरक्षित श्रेणियों हेतु)
ऊंचाई (Height)	152 से.मी.	गढ़वाली, असमी, गोरखा एवं अनुसूचित जनजातियों को 2.5 से.मी. की छूट
वज़न (Weight)	48 किलोग्राम	उपरोक्त श्रेणियों के लिए 2 किलोग्राम की छूट

📌 नोट:

- उपरोक्त शारीरिक योग्यता मानदंड केवल **SSC Havaladar पद** के लिए लागू हैं।
- PET और PST दोनों ही परीक्षा का आवश्यक हिस्सा हैं; किसी भी चरण में असफलता चयन को प्रभावित कर सकती है।

📖 SSC MTS Syllabus in Hindi 2025 – विषयवार सिलेबस

1. गणितीय एवं संख्यात्मक योग्यता (Numerical and Mathematical Ability)

विषय	हिंदी में
Integers and Whole Numbers	पूर्णांक और पूर्ण संख्याएँ
LCM and HCF	एलसीएम और एचसीएफ
Decimals and Fractions	दशमलव और अंश
Relationship between Numbers	संख्याओं के बीच संबंध

Fundamental Arithmetic Operations and BODMAS	मौलिक गणितीय संक्रियाएँ और BODMAS
Percentage	प्रतिशत
Ratio and Proportions	अनुपात और समानुपात
Work and Time	कार्य और समय
Direct and Inverse Proportions	प्रत्यक्ष और व्युत्क्रम अनुपात
Averages	औसत
Simple Interest	साधारण ब्याज
Profit and Loss	लाभ और हानि
Discount	छूट
Area and Perimeter of Geometric Figures	आकृतियों का क्षेत्रफल व परिमाप
Distance and Time	दूरी और समय
Lines and Angles	रेखाएँ और कोण
Graph & Data Interpretation	रेखाचित्र और डेटा की व्याख्या
Squares and Square Roots	वर्ग और वर्गमूल

2. तार्किक क्षमता और समस्या समाधान (Reasoning Ability and Problem Solving)

विषय	हिंदी में
Alpha-Numeric Series	अल्फा-न्यूमेरिक श्रंखला
Coding and Decoding	कोडिंग और डिकोडिंग

Analogy	सादृश्यता
Following Directions	दिशा-निर्देशों का पालन
Similarities and Differences	समानता और अंतर
Jumbling	वाक्य पुनर्व्यवस्था
Problem Solving and Analysis	समस्या समाधान व विश्लेषण
Non-verbal Reasoning	गैर-मौखिक तर्कशक्ति (चित्र आधारित)
Age Calculations	आयु गणना
Calendar and Clock	कैलेंडर और घड़ी

3. सामान्य ज्ञान (General Awareness)

विषय	हिंदी में
History	इतिहास
Geography	भूगोल
Art and Culture	कला और संस्कृति
Civics	नागरिक शास्त्र
Economics	अर्थशास्त्र
Polity	राजनीति शास्त्र
General Science	सामान्य विज्ञान
Environmental Studies	पर्यावरण अध्ययन
Static GK	स्थैतिक सामान्य ज्ञान
Current Affairs	समसामयिकी घटनाएं

4. अंग्रेजी भाषा और बोधगम्यता (English Language and Comprehension)

विषय	विवरण
Vocabulary	शब्दावली
Fill in the Blanks	रिक्त स्थान भरना
Idioms and Phrases	मुहावरे और वाक्यांश
Common Errors	सामान्य त्रुटियाँ
Sentence Improvement	वाक्य सुधार
Sentence Structure	वाक्य संरचना
Synonyms	पर्यायवाची शब्द
Antonyms	विलोम शब्द
One Word Substitution	एक शब्द प्रतिस्थापन
Spelling	वर्तनी
Sentence Re-arrangement	वाक्य पुनः क्रम
Cloze Test	क्लोज टेस्ट
Comprehension	बोध प्रश्न

SSC MTS Best Books 2025 – विषयवार पुस्तकें (टॉप रेकमेंडेड लिस्ट)

सामान्य बुद्धिमत्ता और तर्कशक्ति (General Intelligence & Reasoning)

पुस्तक का नाम	लेखक / पब्लिकेशन
<i>A Modern Approach to Verbal and Non-Verbal Reasoning</i>	R.S. Aggarwal