

SEMESTER EXAMINATION-2021

सेमेस्टर परीक्षा-2021

CLASS – MA/MSC SUBJECT: YOGIC SCIENCE

कक्षा : एम. ए./ एम.एस.सी. विषय: योग विज्ञान

PAPER CODE: MYS-E 306

PAPER TITLE: APPLIED YOGA

प्रश्नपत्र कोड: MYS-E306

शीर्षक: व्यावहारिक योग

TIME/अवधि: 3 HOUR/घंटा

MAX. MARKS/ अधिकतम अंक: 70

MIN. PASS/न्यूनतम अंक: 40%

NOTE: QUESTION PAPER IS DIVIDED INTO TWO SECTIONS: A AND B. ATTEMPT BOTH THE SECTIONS AS PER GIVEN INSTRUCTIONS.

नोट: प्रश्नपत्र के दो भाग हैं ए एवं बी। निर्देशानुसार दोनों भाग कीजिये

SECTION-A (SHORT ANSWER TYPE QUESTIONS)

सेक्शन-ए: लघु उत्तरीय प्रश्न

INSTRUCTIONS: ANSWER ANY FIVE QUESTIONS IN ABOUT 150 WORDS EACH. EACH QUESTION CARRIES SIX MARKS.

निर्देश: किन्ही पांच प्रश्नों के प्रति प्रश्न लगभग 150 शब्दों में उत्तर दीजिये. प्रत्येक प्रश्न 6 अंक का है।

(5 X 6 = 30 MARKS)

(5 X 6 = 30 अंक)

Question-1: what do you mean by practical yoga?

प्रश्न संख्या-1 व्यावहारिक योग से आपका क्या आशय है?

Question-2: Define individual health.

प्रश्न संख्या-2 व्यक्तिगत स्वास्थ्य को परिभाषित कीजिये

Question-3: Write the need of teaching yoga in center of disabled person.

प्रश्न संख्या-3 विकलांग केन्द्रों में योग शिक्षण की आवश्यकता को लिखिए

Question-4: Explain the utilization of yoga practice for employee.

प्रश्न संख्या-4 कर्मचारियों के लिए योग अभ्यास की उपयोगिता का उल्लेख कीजिये

Question-5: How yoga is beneficial in mental health of military personnel?

प्रश्न संख्या-5 सैन्य बलों के मानसिक स्वास्थ्य हेतु योग किस प्रकार सहायक है?

Question-6: Describe the causes of stress in the police personnel.

प्रश्न संख्या-6 पुलिस बल में तनाव के कारणों का उल्लेख कीजिये

Question-7: How yoga is beneficial in sports?

प्रश्न संख्या-7 खेलों में योग किस प्रकार उपयोगी है?

Question-8: Write the concept of yogic tourism.

प्रश्न संख्या-8 योगिक पर्यटन की अवधारणा को स्पष्ट कीजिये

Question-9: Write the role of yoga in the management of addiction.

प्रश्न संख्या-9 नशा निवारण में योग की भूमिका को लिखिए

Question-10: What do you mean by intellectual disability?

प्रश्न संख्या-10 बौद्धिक विकलांगता से क्या आशय है?

SECTION-B (LONG ANSWER TYPE QUESTIONS)

सेक्शन-बी (दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

INSTRUCTIONS: ANSWER ANY FOUR QUESTIONS IN DETAIL. EACH QUESTION CARRIES 10 MARKS.

निर्देश: किन्ही चार प्रश्नों के विस्तृत उत्तर दीजिये . प्रत्येक प्रश्न 10 अंक का है।

(4 X 10 = 40 MARKS)

(4 X 10 = 40 अंक)

Question-11: Write the need of applied yoga in detail.

प्रश्न संख्या-11 व्यावहारिक योग की आवश्यकता को विस्तार से लिखिए

Question-12: clarify the utility of yoga in different therapeutic methods.

प्रश्न संख्या-12 विभिन्न चिकित्सा पद्धतियों के साथ योग की उपयोगिता को स्पष्ट कीजिये

Question-13: Write the yogic management of stress in detail.

प्रश्न संख्या-13 तनाव का योगिक प्रबंधन विस्तार से लिखिए

Question-14: "Yoga helps to enhance skill development in sports" describe this statement.

प्रश्न संख्या-14 "योग के द्वारा खेलों में कुशलता विकसित होती है" इस कथन की व्याख्या कीजिये

Question-15: Write the yogic management of depression of paramilitary personnel.

प्रश्न संख्या-15 अर्द्ध सैनिक बल के अवसाद का योगिक प्रबंधन लिखिए

Question-16: Describe the possibility of development of yoga center at tourist place of Uttrakhand.

प्रश्न संख्या-16 उत्तराखंड के पर्यटन स्थलों पर योग केन्द्रों के विकास की सम्भावना का वर्णन कीजिये

Question-17: Suggest a special series of yoga practice for pilgrims.

प्रश्न संख्या-17 तीर्थ यात्रियों के लिए विशेष योगाभ्यासक्रम का सुझाव दीजिये

Question-18: Underline the role of yoga in district hospitals.

प्रश्न संख्या-18 जिला चिकित्सालयों में योग की भूमिका को रेखांकित कीजिये

---PAPER CODE: MYS-E306

--- पेपर कोड MYS-E306