

Seat Number

--	--	--	--	--	--



YOG - 111

Fundamental of Yoga - I योगसिध्दांत - I

(114610)

P. Pages : 2

Time : Three Hours

Max. Marks : 60

सूचना :-

1. प्रश्नपत्रिकेवर बैठक क्रमांकाशिवाय काहीही लिहू नये.
2. ग्राफ किंवा आकृती काढण्यासाठी पेपर सोडवितांना काळ्या शाईचा पेन अथवा काळी एच्. बी. पेन्सिलच वापरावी.
3. पुरवणी मिळणार नाही याची विद्यार्थ्यांनी नोंद घ्यावी.
4. सर्व प्रश्न सोडविणे आवश्यक आहेत.

1. थोडक्यात उत्तरे द्या. कोणतेही चार.

12

- अ) हटयोग राजयोगाची शिडी आहे स्पष्ट करा.
- ब) पतंजलीकृत " योगाची " व्याख्या सांगा.
- क) चित्त म्हणजे काय सांगून चित्ताचे प्रकार सांगा.
- ड) हटयोगातील मुद्रा चे महत्व विशद करा.
- इ) विद्यार्थींसाठी योगसाधनेचे महत्व विशद करा.
- फ) "व्याधी" हा अंतराय उदाहरणासहीत स्पष्ट करा.

2. टिपा लिहा कोणतेही दोन.

12

- अ) घटस्थ योग ( घेरंण्ड संहिता नुसार ).
- ब) चतुरंग योग.
- क) राजयोग.
- ड) नादानुसंधान.

3. हटप्रदीपिकेनुसार षट्कर्म सविस्तर विशद करा.

12

किंवा

"प्रमाणविपर्ययविकल्पनिद्रास्मृतया " ..... ह्या वृत्ति सोदाहरणसहीत स्पष्ट करा.

4. "मैत्रीकरुणासुदितोपेक्षाणां सुखदुःखपुण्यापुण्यविषयाणां भावनातश्चित्तप्रसादनम्" सविस्तर स्पष्ट करा.

12

किंवा

हटप्रदीपिकेनुसार प्राणायामाचे प्रकार विधि लाभ व दक्षता स्पष्ट करा.

5. पतंजलयोगानुसार सबीज व निर्बीज समाधी सविस्तर वर्णन करा

12

किंवा

योगासनाचे वर्गीकरण, उद्देश, लाभ व दक्षता सविस्तर सांगा.

\*\*\*\*\*

Seat Number

--	--	--	--	--	--



YOG - 231

## History and Philosophy of Yoga योग तत्त्वज्ञान आणि इतिहास

(234610)

P. Pages : 1

Time : Three Hours

Max. Marks : 60

सूचना :-

1. प्रश्नपत्रिकेवर बैठक क्रमांकाशिवाय काहीही लिहू नये.
2. ग्राफ किंवा आकृती काढण्यासाठी पेपर सोडवितांना काळ्या शाईचा पेन अथवा काळी एच्. बी. पेन्सिलच वापरावी.
3. पुरवणी मिळणार नाही याची विद्यार्थ्यांनी नोंद घ्यावी.

1. योग्याला प्राप्त होणाऱ्या विविध विभूतिंचे वर्णन करा. 12  
किंवा  
सांख्य दर्शनातील 25 तत्वांविषयी माहिती लिहा.
2. जैन दर्शनाविषयी सविस्तर माहिती लिहा. 12  
किंवा  
"भक्तीयोग" या विषयावर सविस्तर निबंध लिहा.
3. कर्मयोगाचे सविस्तर वर्णन करा. 12  
किंवा  
न्याय दर्शना विषयी माहिती लिहा.
4. थोडक्यात उत्तरे लिहा कोणतेही चार. 12  
अ) पुरुषार्थ संकल्पनेविषयी थोडक्यात लिहा.      ब) अंतरंग योगाचे वर्णन करा.  
क) "त्रयमेकत्र संयमः" संदर्भासहित स्पष्टीकरण करा.      ड) बंध मोक्ष सिध्दांत थोडक्यात लिहा.  
इ) कर्माचे प्रकार पतंजल योगदर्शनानुसार लिहा.      फ) बौध्द दर्शनातील आर्यसत्ये लिहा.
5. टीपा लिहा कोणत्याही दोन. 12  
अ) पंचकोष.      ब) स्वामी विवेकानंद एक योगी.  
क) ज्ञानयोग.      ड) योगी अरविंद.

\*\*\*\*\*

Seat Number

--	--	--	--	--	--

विज्ञान - 004



YOG - 112 :

**Anatomy & Physiology**  
**शरीररचना व क्रिया विज्ञान**  
(114620)

P. Pages : 2

Time : Three Hours

Max. Marks : 60

सूचना :-

1. प्रश्नपत्रिकेवर बैठक क्रमांकाशिवाय काहीही लिहू नये.
2. ग्राफ किंवा आकृती काढण्यासाठी पेपर सोडवितांना काळ्या शाईचा पेन अथवा काळी एच्. बी. पेन्सिलच वापरावी.
3. पुरवणी मिळणार नाही याची विद्यार्थ्यांनी नोंद घ्यावी.
4. सर्व प्रश्न सोडविणे आवश्यक आहे.
5. सर्व प्रश्नांना समान गुण आहेत.

1. खालील प्रश्नांची उत्तरे द्या. कोणत्याही चार

12

- अ) हृदयाची आकृती काढून अवयवांना नावे द्या.
- ब) स्नायूचे प्रकार उदा. सहित स्पष्ट करा.
- क) लहान आतडे मोठे व मोठे आतडे लहान असते हे स्पष्ट करा.
- ड) यकृताचे कार्य विशद करा.
- इ) रक्तातील वेगवेगळ्या पेशींची नावे व त्यांची कार्य विशद करा.
- फ) मुत्रपिंडाची आकृती काढून नावे द्या.
- ग) जठर ची आकृती व कार्य द्या.

विज्ञान - 004

1

P.T.O

2. टिपा लिहा. कोणत्याही दोन

12

अ) त्वचा

ब) थॉयराईड ग्रंथी

क) पुरुष जनन संस्था

3. मज्जासंस्थेचे प्रकार विशद करून मज्जासंस्थेची कार्य विशद करा.

12

किंवा

श्वसन संस्थेची रचना व कार्य सविस्तर स्पष्ट करा.

4. अस्थिसंस्थेची रचना सांगून अस्थीचे प्रकार व कार्य स्पष्ट करा.

12

किंवा

पाठीच्या मणक्याची रचना व आकृती सह सविस्तर वर्णन करा.

5. स्त्री जननसंस्थेची रचना व कार्य स्पष्ट करा.

12

किंवा

पचन संस्थेची रचना व कार्य आकृतीसह स्पष्ट करा.

\*\*\*\*\*

Seat Number

--	--	--	--	--	--



YOG - 122

## Therapeutic Yoga उपचारात्मक योग

(124620)

P. Pages : 2

Time : Three Hours

Max. Marks : 60

सूचना :-

1. प्रश्नपत्रिकेवर बैठक क्रमांकाशिवाय काहीही लिहू नये.
2. ग्राफ किंवा आकृती काढण्यासाठी पेपर सोडवितांना काळ्या शाईचा पेन अथवा काळी एच्. बी. पेन्सिलच वापरावी.
3. पुरवणी मिळणार नाही याची विद्यार्थ्यांनी नोंद घ्यावी.
4. सर्व प्रश्नांना समान गुण आहेत.
5. सर्व प्रश्न सोडविणे आवश्यक आहेत.

1. खालील प्रश्नांची उत्तरे द्या कोणतेही चार.

12

- अ) आम्लपित्त ह्या आजाराची लक्षणे सांगुन वमन चिकीत्सेचे आम्लपित्त कमी करण्यासाठी ची उपयुक्तता स्पष्ट करा.
- ब) श्वसन संस्थेची आकृती काढुन अवयवांची माहीती द्या.
- क) स्पर्धात्मक युगात उपचारात्मक योगाचे महत्त्व.
- ड) अंतस्त्रावी ग्रंथींची नावे सांगुण एका ग्रंथीची माहीती सांगा.
- इ) अर्धमत्सैद्रासन विधी व उपयुक्तता सांगा.
- फ) निसर्गोपचारातील माती चिकित्सा पद्धती.
- ग) हृदयाची आकृती काढुन नावे द्या.

2. टिपा लिहा कोणत्याही दोन.

12

- अ) जीवनसत्त्व.
- ब) मधुमेह आणि योगोपचार.
- क) विकारमुक्तीसाठी जलनेति.

3. संपूर्ण आरोग्य (Total fitness) प्राप्तीसाठी योग निसर्गोपचाराचे महत्व सविस्तर विशद करा. 12

किंवा

रक्तदाब (B.P) ह्या विकाराची कारणे व लक्षणे सांगुण रक्तदाब नियंत्रणासाठी कोण कोणत्या योगिक प्रक्रिया उपयुक्त ठरतील ते सांगा.

4. पचन संस्थेच्या संबधीत दोन आजाराची नावे लक्षणे सांगुन पचनसंस्थेची कार्यक्षमता वाढविण्यासाठी शुद्धिक्रीयांचे महत्व सांगा. 12

किंवा

पाठीच्या मणक्याची आकृती काढुन अवयवांची नावे सांगा. आणि पाठीच्या कण्याची कार्यक्षमता वाढविणारी योगासने विधीसहित सविस्तर सांगा.

5. श्वसन संस्थेशी निगडीत दोन आजारांची नावे लक्षणे व कारणे देऊन प्राणायामाचे श्वसनासंबधीत विकारांच्या नियंत्रणासाठी होणारे फायदे विशद करा. 12

किंवा

निसर्गोपचार "औषधी विरहित चिकित्सा" हे विधान सविस्तर स्पष्ट करा.

\*\*\*\*\*

Seat Number

--	--	--	--	--	--



YOG - 232 :

## Yoga Education &amp; Research Methodology

(234620)

P. Pages : 2

Time : Three Hours

Max. Marks : 60

सूचना :-

1. प्रश्नपत्रिकेवर बैठक क्रमांकाशिवाय काहीही लिहू नये.
2. ग्राफ किंवा आकृती काढण्यासाठी पेपर सोडवितांना काळ्या शाईचा पेन अथवा काळी एच्. बी. पेन्सिलच वापरावी.
3. पुरवणी मिळणार नाही याची विद्यार्थ्यांनी नोंद घ्यावी.

1. तथ्याचा अर्थ व्याख्या सांगून तथ्य संकलनाची वैशिष्ट्ये व महत्त्व सांगा. 12

किंवा

संशोधनाचा अर्थ स्वरूप सांगून योग क्षेत्रात संशोधनाची व्याप्ती व महत्त्व स्पष्ट करा.

2. नमुना निवडीचा अर्थ, व्याख्या, आणि नमुना निवड पद्धतीचे फायदे तोटे विशद करा. 12

किंवा

योग शिक्षणाची मुलतत्त्वे सविस्तर स्पष्ट करा.

3. संशोधन संकल्पना सांगून संशोधन पद्धतीची नावे सांगून प्रायोगिक संशोधन पद्धती सविस्तर स्पष्ट करा. 12

किंवा

संशोधन अहवालाचा उद्देश, महत्त्व सांगून अहवालातील घटकांची सविस्तर चर्चा करा.

4. थोडक्यात उत्तरे द्या. कोणतेही चार 12

अ) परिकल्पना (गृहितकृत्य) व्याख्या व प्रकारांची नावे सांगा.

ब) सांख्यिकी व्याख्या व कार्य सांगा.



- क) योगशिक्षणाची उदिष्टे थोडक्यात सांगा.
- ड) आदर्श योगशिक्षकाचे गुण.
- इ) संशोधन समस्या व्याख्या व महत्व स्पष्ट करा.
- फ) चर चा अर्थ व प्रकार विशद करा.

5. टिपा लिहा. कोणत्याही दोन

12

- अ) आदर्श पाठ योजना (30 मिनीटाची)
- ब) संशोधन आराखडा.
- क) संशोधनाचे प्रकार.
- ड) परिकल्पना (गृहितकृत्याची) कार्य.

\*\*\*\*\*