

नोट- खण्ड 'क' में पाँच (05) दीर्घ उत्तरों वाले प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पन्द्रह (15) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल तीन (03) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. What is digestive system? Explain the effect of Yoga Practice on digestive system.

पाचन तंत्र क्या है? पाचन तंत्र पर योगाभ्यास का प्रभाव बताइये।

2. Explain the types of Endocrine glands and describe the effects of Yoga Practice on it.

अन्तःस्त्रावी ग्रन्थियों के प्रकार एवं उस पर योगाभ्यासों के प्रभाव का वर्णन कीजिए।

3. Describe Dincharya in detail.

दिनचर्या का सविस्तार वर्णन कीजिए।

4. Explain the structure of Human brain with diagram.

मानव मस्तिष्क की संरचना का सचित्र वर्णन कीजिए।

5. Describe the meaning and definition of healthy diet and discuss its need.

स्वास्थ्यवर्द्धक आहार का अर्थ एवं परिभाषा लिखिये एवं उसकी आवश्यकता की चर्चा कीजिए।

Section - B / खण्ड 'ख'
(Short-Answer-Type Questions)
लघु उत्तरों वाले प्रश्न

Note - Section 'B' contains Eight (08) short-answer-type questions of Seven (07) marks each. Learners are required to answer any Five (05) questions only.

(5 × 7 = 35)

नोट- खण्ड 'ख' में आठ (08) लघु उत्तरों वाले प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए सात (07) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल पाँच (05) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. Discuss the balance diet for a Yoga Practitioner.

एक योगाभ्यासी के लिए सन्तुलित आहार की चर्चा कीजिए।

2. Describe the Yogic diet.

यौगिक आहार की विवेचना कीजिए।

3. Describe the therapatic value of Pranayama.

प्राणायाम के चिकित्सीय पक्ष का वर्णन कीजिए।

4. Discuss the balance diet for Diabetic patient.

मधुमेह के रोगी के लिए सन्तुलित आहार की चर्चा कीजिए।

5. Explain the effect of Vastra Dhauti on digestive system.

वस्त्र धौति का पाचन संस्थान पर प्रभाव बताइए।

6. Explain the function of muscles.

मांसपेशियों के प्रमुख कार्य बताइये।

7. Write short notes on Ritu Charya.

ऋतुचर्या पर लघु टिप्पणी लिखिये।

8. Explain the structure of spinal Cord with diagram.

मेरुदण्ड की संरचना का सचित्र वर्णन कीजिए।

YS-02
Human Anatomy and Health
शरीर विज्ञान तथा स्वास्थ्य
Certificate in Yogic Science
(CYS-16/17)
1st Semester Examination - 2019

Time : 3 Hours

Max. Marks : 80

Note - This Paper is of Eighty (80) marks divided into two (02) Sections A and B. Attempt the Questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein.

नोट- यह प्रश्नपत्र अस्सी (80) अंकों का है जो दो (02) खण्डों, क तथा ख में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशानुसार ही प्रश्नों को हल करना है।

(Section A) खण्ड 'क'
(Long-Answer-Type Questions)
दीर्घ उत्तरों वाले प्रश्न

Note - Section 'A' contains Five (05) long-answer-type questions of Fifteen (15) marks each. Learners are required to answer any Three (03) questions only.

(3 × 15 = 45)