

YS-02

Human Anatomy and Health

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 containing three (03) sections A,B and C. Learners are required to attempt the questions contained in there sections according to the detailed instructions given therein.

नोट: यह प्रश्न पत्र अस्सी (80) अंकों का है जो तीन (3) खण्डों क, ख, और ग में विभाजित है, शिक्षार्थियों का इन खण्डों में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

SECTION A / खण्ड-क

Long Answer Type Questions (दीर्घ उत्तरों वाले प्रश्न)

Note: Section 'A' contains four (4) long answer type questions of Nineteen (19) marks each. Learners are required to answer two (2) questions only

नोट: खण्ड 'क' में चार (4) दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं प्रत्येक प्रश्न के लिए उन्नीस (19) अंक निर्धारित है, शिक्षार्थियों को इनमें से केवल दो (2) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. Discuss the structure and function of Cardio Vasculak system.
रक्त परिसंचरण तन्त्र की रचना व कार्य लिखिये।
2. Explain structure and function of excretory system.
उत्सर्जन तन्त्र की रचना एवं कार्य लिखिये।
3. Role of ASANAS in physical and mental health
आसनों का शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभावों को वर्णित करिये।
4. Describe the therapatric value of Yama and Niyama
यम-नियमों के चिकित्सीय पक्ष का वर्णन कीजिये।

SECTION B / खण्ड ख

Short Answer Type Questions (लघु उत्तरीय प्रश्न)

Note: Section 'B' contains eight (8) Short answer type questions of eight (8) marks each. Learners are required to answer four (4) questions only

नोट: खण्ड 'ख' में आठ (8) लघु उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं प्रत्येक प्रश्न के लिए आठ (8) अंक निर्धारित है, शिक्षार्थियों को इनमें से केवल चार (4) प्रश्नों के उत्तर देने है।

1. Write a short notes on Shat Karma
षट्कर्म पर लघु टिप्पणी लिखिये।

2. Discuss about Ritucharya
ऋतुचर्या के विषय पर टिप्पणी लिखिये।
3. Write Two Asmas For Thyroid Patients
थायरॉइड के रोगों से संबंधित दो आसनों का वर्णन कीजिये।
4. Write Notes on Gall Bladder
पित्त की थैली के विषय में टिप्पणी लिखिये।
5. Write about Dincharya
दिनचर्या पर टिप्पणी लिखिये।
6. Write About Balance Diet
संतुलित आहार पर टिप्पणी लिखिये।
7. Write Notes on ASTANC Yog
अष्टांग योग के विषय में टिप्पणी लिखिये।
8. Write Notes on Endocrine organs.
अनतःस्रावी तंत्र के विषय में टिप्पणी लिखिये।

SECTION C / खण्ड ग

Objective Type Question / वस्तुनिष्ठ प्रश्न

Note: Section 'C' contains ten (10) Objective type questions of one (1) mark each. All the questions of this section are compulsory.

नोट: खण्ड 'ग' में दस (10) वस्तुनिष्ठ प्रश्न दिए गये हैं। प्रत्येक प्रश्न के लिए एक (1) अंक निर्धारित है, इस खण्ड के सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

1. Connective Tissue are Established in

- (A) Blood (B) Lungs
(C) Sromanc (D) Hormones

संयोजक ऊतक पाये जाते हैं।

- (अ) रक्त (ब) फेफड़ा
(स) आमाशय (द) हार्मोन

2. Where Formulated Blood

- (A) Bone Marrow (B) Liver
(C) Heart (D) Small Intestine

रक्त का निर्माण कहाँ होता है-

- (अ) अस्थि मज्जा (ब) यकृत
(स) हृदय (द) छोटी आंत

3. Shat Karma is not following

- (A) Neti (B) Kapal Bharti
(C) Shahan (D) Dsauti

निम्न में से षट्कर्म नहीं है-

- (अ) नेति (ब) कपाल भाति
(स) स्नेहन (द) द्यौति

4. To Study A Superior Books Known As

- (A) Atma Bodh (B) Writing
(C) Swadhaya (D) None of the Above

श्रेष्ठ पुस्तकों का अध्ययन कहलाता है-

- (अ) आत्म बोध (ब) लेखन
(स) स्वाध्याय (द) इनमें से कोई नहीं

5. The First Step of ASTANG Yog is

- (A) Niyama (B) Pranayama
(C) Asama (D) Yama

अष्टांग योग का प्रथम चरण है-

- (अ) नियम (ब) प्राणायाम
(स) आसन (द) यम

6. Which in not a part of Satvik Food

- (a) Green vegetable (b) Rice
(c) Onion (d) Seasonal fruits

निम्न में से सात्विक भोजन नहीं है-

- (अ) हरी सब्जी (ब) चावल
(स) प्याज (द) मौसमी फल

7. The Meaning of Abhiyang is

- (A) Eye wash (B) Bath
(C) Massage (D) None of The Above

अभ्यंग का अर्थ है-

- (अ) नेत्र प्रक्षालन (ब) स्नान
(स) मालिश (द) इनमें से कोई नहीं

8. Identify odd

- (A) Usha pan (B) Dhant Dhawan
(C) Abhiyang (D) Intake Drug

इनमें से बेमेल को चिन्हित करें।

- (अ) ऊषापान (ब) दंत धावन
(स) अभ्यंग (द) औषधि सेवन

9. The Secretion of endocrine glands known as

- (A) Blood (B) Plasma
(C) Hormone (D) None of the Above

अन्तःस्रावी ग्रन्थियों से निकला स्राव जाना जाता है-

(अ) रक्त

(ब) प्लाज़्मा

(स) हारमोन

(द) इनमें से कोई नहीं

10. How Many Lobes Are Left Lung

(A) Two

(B) Three

(C) Four

(D) Six

बायें फेफड़े में कितने खण्ड होते हैं-

(अ) दो

(ब) तीन

(स) चार

(द) छः
