

## YS-02

### HUMAN ANATOMY AND HEALTH

### शरीर विज्ञान तथा स्वास्थ्य

Certificate in Yogic Science (DYN-11/16/CYS-16/17)

1<sup>st</sup> Semester, Examination, 2020

Time Allowed : 2 Hours

Maximum Marks : 80

**Note:** This paper is of Eighty (80) marks divided into Two (02) sections A and B. Attempt the question contained in these sections according to the detailed instructions given therein.

**नोट:** यह प्रश्न पत्र अस्सी (80) अंकों का है। जो दो (02) खण्डों क तथा ख में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल कीजिए।

#### Section-A/खण्ड-‘क’

(Long Answer Type Questions/दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

**Note:** Section-'A' contains Five (05) Long answer type questions of Twenty (20) marks each. Learners are required to answer any two (02) questions only. (2×20=40)

नोट : खण्ड-‘क’ में पाँच (05) दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिए गए हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए बीस (20) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल दो (02) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. Describe the muscular system in detail and describe the Yogic effects.

पेशीय तंत्र का विस्तृत वर्णन कीजिए तथा योग की दृष्टि से पड़ने वाले प्रभाव बताइए।

2. Describe the structure and function of Human cell.

मानव कोशिका का रचनात्मक एवं क्रियात्मक वर्णन कीजिए।

3. Explain the skeletal system and describe the Yogic effects.

अस्थितंत्र को समझाते हुए इस पर योग के प्रभाव लिखिए।

4. Describe the concept, scope and principles of Yoga therapy.

योग चिकित्सा की अवधारणा, क्षेत्र एवं सिद्धान्तों का वर्णन कीजिए।

5. Write an essay on the importance of Swastha Vratra.

स्वस्थ वृत्त के महत्व पर एक निबन्ध लिखिए।

### **Section-B/खण्ड-ख**

(Short answer type questions/ लघु उत्तरीय प्रश्न)

Note: Section-B Contains Eight (08) Short answer type questions of Ten (10) marks each. Learners are required to answer any four (04) questions only. (4×10=40)

नोट: खण्ड-‘ख’ में आठ (08) लघु उत्तरीय प्रश्न दिए गए हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए दस (10) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल चार (04) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. Classify the different dimension of Health.  
स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों को स्पष्ट कीजिए।
2. Describe the function of Blood.  
रक्त के कार्य बताइए।
3. Explain two Asanas for constipation patients.  
कब्ज से सम्बन्धित दो आसनों का वर्णन कीजिए।

4. Write notes on the Importance of Yoga therapy.

योग चिकित्सा के महत्व पर टिप्पणी लिखिए।

5. Define the objectives of diet.

आहार के उद्देश्य बताइए।

6. Discuss the Importance of Astang Yog in human life.

मानव जीवन में अष्टांग योग के महत्व का वर्णन कीजिए।

7. Write a note about Tratak.

त्राटक पर एक टिप्पणी लिखिए।

8. Describe the function of Kidney.

वृक्क के कार्य बताइए।

\*\*\*\*\*