

PGDYS-04

June - Examination 2018

PG Diploma in Yog Science Examination

स्वास्थ्य एवं योग विज्ञान

Paper - PGDYS-04**Time : 3 Hours]****[Max. Marks :- 100**

Note: The question paper is divided into three sections A, B and C. Write answers as per the given instructions.

निर्देश : यह प्रश्न पत्र 'अ', 'ब' और 'स' तीन खण्डों में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड के निर्देशानुसार प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

Section - A**10 × 2 = 20**

(Very Short Answer Questions)

Note: Answer **all** questions. As per the nature of the question delimit your answer in one word, one sentence or maximum up to 30 words. Each question carries 2 marks.

खण्ड - 'अ'

(अति लघु उत्तरीय प्रश्न)

निर्देश : सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आप अपने उत्तर को प्रश्नानुसार एक शब्द, एक वाक्य या अधिकतम 30 शब्दों में परिसीमित कीजिए। प्रत्येक प्रश्न 2 अंकों का है।

- 1) (i) स्वस्थ व्यक्ति के लक्षण बताइये।
- (ii) आधारणीय वेग कितने प्रकार के होते हैं?
- (iii) रोगोत्पत्ति की कितनी अवस्थायें (क्रियाकाल) होती हैं?
- (iv) त्रिबन्धों के नाम लिखिये।
- (v) आयु कितने प्रकार की होती है?
- (vi) महामारी को आयुर्वेद में क्या कहते हैं?
- (vii) विजातीय द्रव्यों के नाम लिखिये।
- (viii) सात चक्रों के नाम लिखिये।
- (ix) कौनसे रोगों में अंगुलियों के जोड़ों में दर्द एवं विकृती होती है?
- (x) प्रथम अन्तर्राष्ट्रीय योगदिवस 21 जून 2015 को राष्ट्रीयस्तर पर कहाँ मनाया गया था?

Section - B

4 × 10 = 40

(Short Answer Questions)

Note: Answer **any four** questions. Each answer should not exceed 200 words. Each question carries 10 marks.

(खण्ड - ब)

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

निर्देश : किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आप अपने उत्तर को अधिकतम 200 शब्दों में परिसीमित कीजिए। प्रत्येक प्रश्न 10 अंकों का है।

- 2) स्वास्थ्य एवं व्याधि की अवधारणा लिखिये।
- 3) स्वास्थ्य संरक्षण में योग की भूमिका लिखिये।

- 4) "विजातीय द्रव्य" पर टिप्पणी लिखिये।
- 5) रोगप्रतिरोधक क्षमता (इम्यूनिटी) बढ़ाने के उपाय लिखिये।
- 6) स्वास्थ्य का अर्थ, परिभाषा सहित महत्त्व लिखिये।
- 7) स्वस्थ व्यक्ति के लक्षण लिखिये।
- 8) चन्द्रनमस्कार का परिचयात्मक स्वरूप लिखिये।
- 9) "रोग निदान" में आकृति निदान का वर्णन कीजिये।

Section - C

2 × 20 = 40

(Long Answer Questions)

Note: Answer **any two** questions. You have to delimit your each answer maximum up to 500 words. Each question carries 20 marks.

(खण्ड - स)

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

निर्देश : किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आप को अपने उत्तर को अधिकतम 500 शब्दों में परिसीमित करना है। प्रत्येक प्रश्न 20 अंकों का है।

- 10) स्वास्थ्य संरक्षण में योग एवं आयुर्वेद की भूमिका का वर्णन कीजिये।
- 11) "अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस" में सामान्य योग अभ्यास क्रम का वर्णन कीजिये।
- 12) सूर्यनमस्कार की वैज्ञानिक महत्ता का वर्णन कीजिये।
- 13) वर्तमान समय में बिना औषधि के योगासनों का शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य में उपयोगिता लिखिये।