



Paper Code

BSCT-303

Roll No.

Signature of Invigilator

पतंजलि विश्वविद्यालय

University of Patanjali

Examination December – 2018

B.Sc. in Yoga Science (Semester : Third)

Yoga Science

Methods of Teaching Yoga

Time: 3 Hours

Max. Marks: 70

Note: This paper is of seventy (70) marks divided into three (03) sections A, B, and C. Attempt the questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein.

नोट : यह प्रश्नपत्र सत्तर (70) अंकों का है जो तीन (03) खंडों क, ख, तथा ग में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है।

Section - A / खण्ड-क

(Long Answer Type Questions) / (दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न)

Note: Section 'A' contains five (05) long-answer-type questions of fifteen (15) marks each. Attempt any **three** questions. (3×15=45)

नोट : खण्ड 'क' में पांच (05) दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न दिए हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पंद्रह अंक निर्धारित हैं। किन्हीं **तीन** प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. शिक्षण के स्तरों एवं खण्डों की व्याख्या कीजिए।
Explain the levels and Phases of Teaching.
2. शिक्षक-प्रशिक्षण की महत्ता पर अपने विचार व्यक्त कीजिए।
Give your views on the importance of Teacher-Training.
3. पाठयोजना किसे कहते हैं? इसका महत्व सहित समझाइये।
What is called a lesson plan ? Explain with its importance.
4. योग में एक्शन रिसर्च की सम्भावनाओं पर प्रकाश डालिए।
Highlight upon the possibilities of Action Research in yoga.
5. योग शिक्षण में एजुकेशन तकनीकी के उपयोग पर अपने विचार व्यक्त कीजिए।
Express your views on the use of educational technology in yoga teaching.

Section - B / खण्ड-ख

(Short Answer Type Questions) / (लघु-उत्तरीय प्रश्न)

Note: Section 'B' contains Six (06) short-answer-type questions of five (05) marks each. Attempt any **four** (04) questions. (4×5=20)

नोट : खण्ड 'ख' में छः (06) लघु-उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पांच अंक निर्धारित हैं। किन्हीं **चार** प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. एक आदर्श योग शिक्षक की विशेषताएँ लिखिए।
State the qualities of an ideal Yoga Teacher.
2. मुमुक्षु कौन है? समझाइये।
Who is a Mumukshu? Explain.
3. व्यक्तिगत शिक्षण और समूह - शिक्षण में अन्तर स्पष्ट कीजिए।
Differentiate between individual teaching and Group Teaching.
4. योग कक्षा की मूलभूत विशेषताओं की चर्चा कीजिए।
Discuss the essential features of a yoga class.

5. छात्रों को सूत्र नेति सिखाने के लिए एक पाठयोजना बनाइये।

Prepare a lesson plan to teach 'Sutra Neti' to students.

6. शिक्षण के प्रमुख सिद्धान्त लिखिए।

Write the main principles of Teaching.

Section - C / खण्ड-ग

(Objective Type Questions) / (वस्तुनिष्ठ प्रश्न)

Note: Section 'C' contains ten (10) objective-type questions of half (0.5) mark each. All the questions of this section are compulsory. (10×0.5=05)

नोट : खण्ड 'ग' में दस (10) वस्तुनिष्ठ प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए आधा (0.5) अंक निर्धारित है। इस खण्ड के सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

1. अच्छे शिक्षक की विशेषता है

(अ) छात्रों के प्रति कठोरता

(ब) छात्रों के प्रति उदासीनता

(स) छात्रों के प्रति संवेदनशीलता

(द) इनमें से कोई नहीं

The quality a good teacher is

(A) Strictness towards students

(B) Neutral behavior towards students

(C) Sensitivity towards students

(D) None of these

2. मुमुक्षु का सम्बन्ध है

(अ) ज्ञान प्राप्ति से

(ब) मुक्ति से

(स) स्वर्ग प्राप्ति से

(द) सभी से

Mumukshu is related to

(A) Achieving Knowledge

(B) Liberation

(C) Attaining Heaven

(D) All of the above

3. 'शिक्षा मनुष्य की अन्तर्निहित पूर्णता की अभिव्यक्ति है' किसका कथन है

(अ) विवेकानन्द

(ब) दयानन्द

(स) गाँधी

(द) अरबिन्द

Who said – 'Education is the manifestation of the perfection already present in man'

(A) Vivekananda

(B) Dayananda

(C) Gandhi

(D) Aurobindo

4. अधिगम चलता है

(अ) किशोरावस्था पर्यन्त

(ब) विद्यालय पर्यन्त

(स) जीवन पर्यन्त

(द) इनमें से कोई नहीं

Learning lasts upto

(A) Adolescence

(B) School

(C) Lifelong

(D) None of these

5. उदण्ड छात्रों के प्रति कठोरता प्रदर्शित करना उचित है

(अ) आवश्यकता पड़ने पर

(ब) कभी नहीं

(स) सदैव

(द) इनमें से कोई नहीं

It is right to show toughness towards spoiled students

(A) When necessary

(B) Never

(C) Always

(D) None of these

6. केवल व्यवसायिक दृष्टि से सीखने वाले को कहते हैं

(अ) मुमुक्षु

(ब) विद्यार्थी

(स) शिष्य

(द) इनमें से कोई नहीं

The one who learns only professionally, is called

(A) Mumukshu

(B) Student

(C) Disciple

(D) None of these

7. एक आदर्श योग शिक्षक होने के लिए आवश्यक है

(अ) एक आदर्श योग साधक होना

(ब) आदर्श योग साधक जैसा दिखना

(स) दोनों अ एवं ब

(द) इनमें से कोई नहीं

To be an ideal yoga teacher , one needs

- (A) To be an ideal yoga practitioner (B) To look like an ideal yoga practitioner
(C) Both A and B (D) None of these

8. निम्न में-से कौन-सा 'अधिगम' का एक प्रकार है

- (अ) संज्ञानात्मक (ब) भावात्मक
(स) कौशलात्मक (द) उपरोक्त सभी

Which of the following is a type of 'Learning'

- (A) Cognitive (B) Affective
(C) Motor (D) All of the above

9. निम्न में-से कौन-सा अधिगम के लिए अनिवार्य रूप से आवश्यक नहीं है

- (अ) शिक्षक (ब) शिक्षार्थी
(स) पाठ्यक्रम (द) कक्षा

Which of the following is not compulsorily required for learning

- (A) Teacher (B) Learner
(C) Curriculum (D) Classroom

10. एक दैनिक योग कक्षा की उपयुक्त समयावधि हो सकती है

- (अ) 45 मिनट (ब) 15 मिनट
(स) 2 घंटे (द) इनमें से कोई नहीं

The appropriate duration for a daily yoga class can be

- (A) 45 Minutes (B) 15 Minutes
(C) 2 Hours (D) None of these

-----X-----