



Paper Code

BS-CT-303

Roll No.

Signature of Invigilator

पतंजलि विश्वविद्यालय
University of Patanjali

Examination Jan. – Feb. – 2022

B.Sc. Yoga Science, Semester : Third
Yoga Science; Paper : Third

Applied Yoga

Time: 3 Hours

Max. Marks: 70

Note: This paper is of seventy (70) 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 सत्तर (70) अंकों का है जो दो (02) खंडों क, तथा ख 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. विद्यालयी स्वास्थ्य क्या है? सविस्तार समझाइये।

What is school health? Explain in detail.

2. शारीरिक शिक्षण की अवधारणा का सविस्तार परिचय दीजिए।

Give a detailed introduction of the concept of Physical Education.

3. विभिन्न खेल सम्बन्धी चोटों का योग से प्रबन्धन किस प्रकार कर सकते हैं? समझाइये।

How can we manage different sports injuries through Yoga? Explain.

4. तकनीकी तनाव के क्या कारण हैं? सविस्तार समझाइये।

What are the causes of Techno-Stren? Explain in detail.

5. वृद्धावस्था सम्बन्धी प्रमुख रोग कौन-से हैं? वर्णन कीजिए।

Which are the common geriatric problems? Elaborate.

Section - B / खण्ड-ख

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

Note: Section 'B' contains Seven (07) short-answer-type questions of five (05) marks each. Attempt any five (05) questions. (5×5=25)

नोट : खण्ड 'ख' में सात (07) लघु उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पांच अंक निर्धारित हैं। किन्हीं पांच प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

6. बच्चों के विकास की प्रक्रिया का संक्षिप्त परिचय दीजिए।

Give a brief introduction to developmental process of Children.

7. कम्प्यूटर कर्मियों में होने वाली मुख्य स्वास्थ्य समस्याएं क्या हैं?

What are the common health problems of computer professionals?

8. योग एवं खेल गतिविधियों में क्या सम्बन्ध है? समझाइये।

What is the relation between Yoga & Sports activities? Elaborate.

9. समयपूर्ण वार्धक्य के क्या कारण हैं? लिखिए।

What are the causes of premature ageing? Write.

10. योग और वार्धक्य देखभाल से सम्बन्धी किसी एक शोध सर्वेक्षण की चर्चा कीजिए।

Discuss a research review related to Yoga & Geriatric care.

11. तकनीकी तनाव पर योग के प्रभाव की संक्षिप्त विवेचना कीजिए।

Elucidate the effect of Yoga on Techno-Stren.

12. खेल और योग के बारे में किसी एक शोध की चर्चा कीजिए।

Discuss any research related to Sports & Yoga.

-----X-----