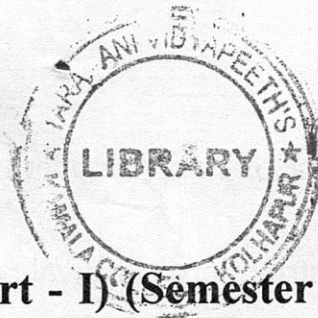


Seat No.	
----------	--



**M.A. (Yoga Science) (Part - I) (Semester - I) Examination,**

**December - 2015**

**FUNDAMENTALS OF YOGA (Paper - I)**

**Sub. Code : 60770**

**Day and Date : Monday, 14 - 12 - 2015**

**Total Marks : 80**

**Time : 10.30 a.m to 01.30 p.m.**

**Instruction : Question 1 is compulsory and attempt any four out of remaining six questions.**

**Q1) A) Match the following: [10]**

i)	Ashtanga Yoga	a)	Paramhans Satyanand Saraswati
ii)	Karma Yoga	b)	Swami Vivekanand
iii)	Hatha Yoga	c)	Bhagavad Gita
iv)	Kriya Yoga	d)	Swaatmaram Yogindra
v)	Raj Yoga	e)	Maharshi Patanjali
		f)	Shri Shri Ravishankar

**B) Fill in the blanks: [10]**

- There are \_\_\_\_\_ sutras in Samadhi Pad.
- The number of Yamas in Hatha Pradipika are \_\_\_\_\_.
- According to Hatha Yoga Pradipika the 'Kshama'is \_\_\_\_\_.
- "Yoga Karmasu \_\_\_\_\_!!
- The Yoga Vidyadham, Nashik was established in the year \_\_\_\_\_.

**Q2) Write and explain different definitions of Yoga. [15]**

**Q3) Give a brief survey of historical development of Yoga. [15]**

**Q4) Explain in detail the Hatha Yoga? [15]**

Q5) Explain the importance of Yoga in modern life. [15]

Q6) Write in detail the contributions of Kaivalyadham, Lonavala towards yoga. [15]

Q7) Explain all the eight limbs of Ashtanga Yoga. [15]

### मराठी रूपांतर

- सुचना : 1) पहिला प्रश्न आवश्यक.  
2) कोणतेही चार प्रश्न सोडवा सहा पैकी (2 ते 7 प्रश्न क्रमांक).  
3) प्रश्न 2 ते 7 यांना 15 गुण.

प्र.1) अ) जोड्या लावा. [10]

i) अष्टांगयोग	अ) परमहंस सत्यानंदसरस्वती
ii) कर्मयोग	ब) स्वामी विवेकानंद
iii) हठयोग	क) भगवत् गीता
iv) क्रियायोग	ड) स्वात्माराम योगिंद्र
v) राज योग	इ) महर्षि पतंजली
	फ) श्री श्री रविशंकर

ब) रिकाम्या जागा भरा. [10]

- i) समाधीपादात ..... सुत्रे आहेत.  
ii) हठ प्रदिपीकेत ..... यम आहेत.  
iii) हठ प्रदिपीके नुसार क्षमा ..... आहे.  
iv) योग: कर्मसु .....।  
v) योग विद्याधाम, नाशिक ची स्थापना ..... साली झाली.

प्र.2) योगाच्या विविध व्याख्या स्पष्ट करा. [15]

प्र.3) योगाच्या ऐतिहासिक विकासाचा संक्षिप्तपणे आढावा घ्या. [15]

प्र.4) हठयोग सविस्तर पणे स्पष्ट करा. [15]





D - 80

प्र.5) आधुनिक जगात योगाचे महत्व सविस्तर विषद करा.

[15]

प्र.6) "कैवल्य धाम, लोणावळा" या संस्थेचे योगातील योगदाना विषयी सविस्तर लिहा.

[15]

प्र.7) अष्टांगयोगातील आठही अंगांचे सविस्तर वर्णन करा.

[15]

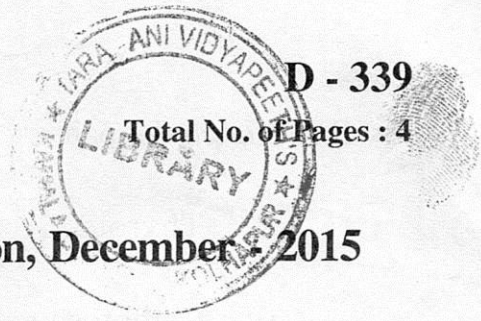




3



Seat No.	
----------	--



**M.A. (Part - I) (Semester - I) Examination, December - 2015**

**YOGA SCIENCE**

**Basic Psychology (Paper - II)**

**Sub. Code : 60771**

**Day and Date : Tuesday, 15 - 12 - 2015**

**Total Marks : 80**

**Time : 10.30 a.m. to 01.30 p.m.**

- Instructions :** 1) Question No. 1 is compulsory.  
2) Answer the following any four questions out of six.

**Q1) A) Choose the correct answer. [10]**

- i) \_\_\_\_\_ founder of psychologist.
- a) Sigmand fried                      b) Alfred bine  
c) Mcdugal                              d) Aristotil
- ii) \_\_\_\_\_ started laboratory of psychology.
- a) Year 1870                              b) Year 1970  
c) Year 1872                              d) Year 1879
- iii) Started curriculam of psychology in Harward university firstly in the year \_\_\_\_\_ .
- a) year 1960                              b) year 1879  
c) year 1905                              d) year 1871
- iv) \_\_\_\_\_ main divisions of brain.
- a) Six                                      b) Three  
c) Five                                      d) Four
- v) \_\_\_\_\_ produced age of concept of mental age.
- a) Harman                                b) Alfred bine  
c) Watson                                d) Mcdugal

B) Match the pair :

[10]

- |                   |                           |
|-------------------|---------------------------|
| i) Thyroid        | a) Below the cerebrum     |
| ii) Cerebrospinal | b) Abhisandhan            |
| iii) Cerebrum     | c) Liquid                 |
| iv) Cerebellum    | d) Gland                  |
| v) Sadhak         | e) Control nervous system |

Q2) What is Psychology. Define needs of psychology in yoga. [15]

Q3) What is Motivation? Explain nature and types. [15]

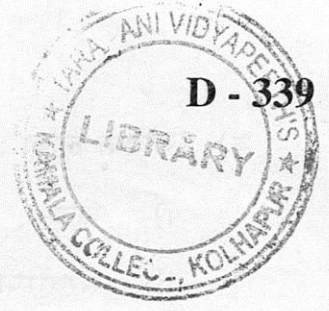
Q4) Write Types of gland, Bleeding and his work. [15]

Q5) What is Memory? Define types of memory and forgetting. [15]

Q6) What is Learning? Define and Explain Sadhak Abhisandhan in detail. [15]

Q7) What is Emotion? Define types of Emotion explain. [15]





## मराठी रूपांतर

- सूचना : 1) पहिला प्रश्न सक्तिचा आहे.  
2) खालील सहा प्रश्नांपैकी कोणत्याही चार प्रश्नाची उत्तरे लिहा.

प्र.1) अ) खालील प्रश्नाची योग्य पर्याय उत्तरे लिहा.

[10]

- i) मानसशास्त्रज्ञ ..... हा मनोविश्लेषणवादी दृष्टीकोणाचा जनक आहे.
- अ) सिगमंड फ्राईड                      ब) आल्फ्रेडबीने  
क) मॅकडुंगल                              ड) अॅरिस्टॉटल
- ii) ..... मध्ये मानसशास्त्र प्रयोगशाळा सुरू झाली.
- अ) इ.स. 1870                              ब) इ.स. 1970  
क) इ.स. 1872                              ड) इ.स. 1879
- iii) ..... मध्ये हार्वर्ड विद्यापीठात सर्व प्रथम मानसशास्त्र हा अभ्यासक्रम सुरू झाला.
- अ) इ.स. 1960                              ब) इ.स. 1879  
क) इ.स. 1905                              ड) इ.स. 1871
- iv) मेंदुवरील खाचा आणि उचवटेमूळे मेंदूची ..... प्रमुख खंडात विभागणी होते.
- अ) सहा                                      ब) तीन  
क) पाच                                      ड) चार
- v) ..... याने मानसिक वयाची संकल्पना मांडली.
- अ) हर्मन                                      ब) आल्फ्रेड बीने  
क) वॅटसन                                      ड) मॅकडुंगल

ब) जोड्या लावा :

i) कंठस्थ

ii) सेरब्रोस्पायनल

iii) मोठा मेंदू

iv) लहान मेंदू

v) साधक

अ) कवटौत मोठ्या मेंदूच्या खालील बाजूस

ब) अभिसंधान

क) द्रव पदार्थ

ड) ग्रंथी

इ) संपूर्ण मज्जा संस्थेचे नियंत्रण करणारा

प्र.2) मानसशास्त्र म्हणजे काय ? त्याच्या व्याख्या सांगून मानसशास्त्राची आवश्यकता स्पष्ट करा. [15]

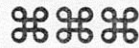
प्र.3) प्रेरणा म्हणजे काय ? त्यांचे स्वरूप व प्रकार स्पष्ट करा. [15]

प्र.4) ग्रंथीचे प्रकार, रक्तस्राव व त्यांचे कार्य लिहा. [15]

प्र.5) स्मृती म्हणजे काय ? व्याख्या लिहा. स्मृती आणि विस्मरणचे प्रकार लिहा. [15]

प्र.6) अध्ययन म्हणजे काय ? त्याच्या व्याख्या साधक अभिसंधान सविस्तर स्पष्ट करा. [15]

प्र.7) भावना म्हणजे काय ? त्याच्या व्याख्या भावनाचे प्रकार स्पष्ट करा. [15]





Seat No.	
----------	--



M.A. (Part - I) (Semester - I) Examination, December - 2015

YOGA SCIENCE (Paper - III)

Anatomy, Physiology and Yogic Practices - I

Sub. Code : 60772

Day and Date : Wednesday, 16 - 12 - 2015

Total Marks : 80

Time : 10.30 a.m. to 01.30 p.m.

- Instructions : 1) Questions No. 1 is compulsory.  
2) Write any four questions out of six remaining.

Q1) Fill in the blanks.

[20]

- i) There are \_\_\_\_\_ bones found in the fully grown human being.
- ii) The joints in the human body are of \_\_\_\_\_ types.
- iii) Human Heart is made up \_\_\_\_\_ type of muscle.
- iv) \_\_\_\_\_ in the joints is increased because of yogasana.
- v) the human lungs have approximately \_\_\_\_\_ airsacs.
- vi) The action of breathing in pranayam is called as \_\_\_\_\_.
- vii) Sugar level in the body is properly maintained because of \_\_\_\_\_ secured from pancrease.
- viii) Breathing in the body takes place due to \_\_\_\_\_ of chest muscles.
- ix) There are \_\_\_\_\_ vertebrae in human backbone.
- x) Wrist is the example of \_\_\_\_\_ type of joint.

P.T.O.

Q2) Explain the effect of yogasana on muscular system.

[15]

Q3) Write in brief the function of Respiration and explain various volumes & capacities of it.

[15]

Q4) Draw a neat diagram of digestive system of human beings and explain the functions of its organs in detail.

[15]

Q5) Explain in detail with proper figures the types of joints in human body. [15]

Q6) Elaborate the functions of Internal breathing and external breathing. [15]

Q7) Write short notes (Any three) :

[15]

- i) Types of Muscles
- ii) Muscle tone and muscular fatigue
- iii) Effect of pranayam on Respiratory system.
- iv) Structure of cell and its function
- v) Backbone





340

## मराठी रूपांतर

- सूचना : 1) प्रश्न क्रमांक एक सक्तीचा.  
2) उर्वरीत सहा प्रश्नांपैकी कोणतेही चार सोडवा.

प्र.1) रिकाम्या जागा भरा:

[20]

- i) पूर्णवाढ झालेल्या मानवी शरीरात ..... एकुण हाडे असतात.
- ii) मानवी शरीरात ..... प्रकारचे सांधे असतात.
- iii) मानवी हृदय हे ..... स्नायुंचे बनलेले असते.
- iv) योगातील विविध आसनांनी सांध्यातील ..... वाढते.
- v) मानवी फुफुसांमध्ये अंदाजे ..... इतके वायुकोष असतात.
- vi) प्राणायामात श्वास घेण्याच्या क्रियेला ..... म्हणतात.
- vii) शरीरातील साखरेचे प्रमाण हे स्वादुपिंडातून पाझरणाच्या ..... मुळे नियंत्रित होते.
- viii) छातीतील स्नायुंच्या ..... क्रियेमुळे श्वसनाची प्रक्रिया घडून येते.
- ix) मानवी पाठीच्या कण्यात ..... इतके मणके असतात.
- x) मनगट हे ..... प्रकारच्या सांध्याचे उदाहरण आहे.

प्र.2) योगासनांचा स्नायु संस्थेवर होणारा परिणाम विषद करा.

[15]

प्र.3) श्वसन प्रक्रीयेची थोडक्यात माहिती लीहून त्या संबंधीत विविध क्षमतांची व परिमाणांची चर्चा करा.

[15]

प्र.4) मानवी शरीरातील पचन संस्थेची सुबक आकृती काढून त्यातील इंदियाच्या कार्याची माहिती लिहा. [15]

प्र.5) मानवी शरीरातील सांध्याचे प्रकार, आकृत्यासह स्पष्ट करा. [15]

प्र.6) अंतःश्वसन व बाह्यश्वसन यांचे विस्तृत स्वरूपात स्पष्टीकरण लीहा. [15]

प्र.7) टिपा लीहा (कोणत्याही तीन) : [15]

- i) स्नायुंचे प्रकार
- ii) स्नायुतील ताण व थकवा
- iii) प्राणासामाचा श्वसन संस्थेवर होणारा परिणाम
- iv) पेशी रचना व कार्य
- v) पाढीचा कणा

❀❀❀