

531843

Seat No. _____

Diploma in Yoga Education Examination
April / May – 2003
Anatomy & Kinisiology of Yoga Education

Time : 3 Hours]

[Total Marks : 70

સૂચના : (૧) બધા જ પ્રશ્ન ફરજિયાત છે.
(૨) બધા જ પ્રશ્નોના ગુણ સરખા છે.

- ૧ આસનોની શરીર પર થતી અસરોનું વિસ્તૃત વર્ણન કરો.
અથવા
૧ માનવીની પ્રાથમિક જરૂરિયાતોનાં નામો જણાવી ગમે તે એક જરૂરિયાત વિષે વિસ્તારથી સમજાવો.
- ૨ માનવ શરીરમાં રહેલા કોષો, પેશીઓ, અવયવોનું વર્ણન કરી વિસ્તૃત સમજણ આપો.
અથવા
૨ ચેતાતંત્રનો પરિચય, વિભાગોનાં નામ દર્શાવો તથા મગજની આકૃતિ દોરી વિસ્તૃત સમજૂતી આપો.
- ૩ ઉત્સર્ગતંત્રના અવયવોનાં નામ લખી મૂત્રપિંડનું કાર્ય તથા તેના રોગોનું વર્ણન કરો.
અથવા
૩ આસનોની શરીર પર થતી અસરોનું વિસ્તૃત વર્ણન કરો.
- ૪ જ્ઞાનતંત્ર અને ચેતાતંત્રનાં બંધારણ સમજાવો.
અથવા
૪ “યોગ અભ્યાસ દ્વારા વ્યક્તિનો સર્વાંગી વિકાસ થાય છે.” - વિસ્તૃત રીતે સમજાવો.
- ૫ ટૂંક નોંધ લખો : (ગમે તે બે)
(૧) ચોક્કસ શારીરિક સ્થિતિ (Posture)
(૨) પ્રાથમિક સારવારની અગત્ય
(૩) સાત્વિક મિતાહાર
(૪) પ્રતિક્ષિપ્ત ક્રિયા.