

UTTARAKHAND OPEN UNIVERSITY, HALDWANI (NAINITAL)

उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी (नैनीताल)

**Diploma in Yoga and Naturopathy**

योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा में डिप्लोमा प्रथम सेमेस्टर (D.Y.N. 11)/

योग विज्ञान में प्रमाण पत्र (C.Y.S. 11)

**सत्रीय कार्य****Last Date of Submission: 15 June 2012****Course Title:** Human anatomy & Health**Course Code:** Y.S.02

कोर्स शीर्षक: शरीर विज्ञान तथा स्वास्थ्य

कोर्स कोड: वाई0एस0-02

**Session 2011-12 (Winter)****Maximum Marks: 40**

सत्र: 2011-12 शीतकालीन

अधिकतम अंक: 40

**Section 'A'**

Section 'A' contains 08 short answer type questions of 5 marks each. Learners are required to answer 4 questions only. Answers of short answer-type questions must be restricted to 250 words approximately.

**भाग 'क'**

भाग 'क' में आठ लघु उत्तरीय प्रश्न दिये गये हैं इनमें से केवल चार प्रश्नों के उत्तर देने हैं। प्रत्येक प्रश्न के लिए 5 अंक निर्धारित हैं तथा प्रत्येक प्रश्न का उत्तर 250 शब्दों से अधिक नहीं होना चाहिए।

1. ऊतको के कार्य संक्षेप में लिखिए।

**Write the functions of Tissue in brief.**

2. श्वसन तंत्र के प्रमुख अंगों के नाम लिखिए।

**Write the names of the organs of Respiratory System.**

3. पाचन तंत्र के प्रमुख कार्य बताइए।

**Explain the main functions of Digestive system.**

4. योग चिकित्सा से आप क्या समझते हैं।

**What do you understand by Yoga therapy.**

5. स्वस्थवृत्त के प्रयोजन या उद्देश्य बताइए।

**Write the objectives of Swasthviritta.**

6. ऋतुचर्या से आपका क्या आशय है।

**What do you understand by Ritucharya.**

7. आहार की अवधारणा ।

**Concept of Diet.**

- 8 आसनो का पेशीय तन्त्र पर प्रभाव।

**Effect of Asana on muscular system.**

**Section 'B'**

Section 'B' contains 04 long answer-type questions of 10 marks each. Learners are required to answer 02 questions only.

**भाग 'ख'**

भाग 'ख' में चार दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिये गये हैं, इनमें से केवल दो प्रश्नों के उत्तर देने हैं। प्रत्येक प्रश्न के लिए दस अंक निर्धारित हैं।

1. पाचन तंत्र की संरचना एवं कार्य समझाइए।  
**Explain the anatomy and functions of digestive system.**
2. अन्तः स्रावी तंत्र की संरचना एवं कार्यों का वर्णन कीजिए।  
**Explain the anatomy and functions of endocrinal system.**
3. दिनचर्या का अर्थ स्पष्ट करते हुए इसका विस्तृत विवेचन कीजिए।  
**Explaining the meaning of Dincharya, describe it in detail.**
4. आसन एवं प्राणायाम की शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य में भूमिका को स्पष्ट कीजिए।  
**Explain the role of Asana and Pranayama in physical and mental health.**

श्रद्धावान् लभते ज्ञानम्