

Roll No.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

**Course: Diploma, Program: Yoga**  
**Subject - Methods of Teaching & Advanced yoga, Code-508**  
**Semester- II**

Time: 03 Hours

Max Marks: 35

**Instructions to the Students:**

1. This Question paper consists of two Sections. All sections are compulsory.
2. Section A comprises 10 questions of short answer type. All questions are compulsory. Each question carries 01 marks.
3. Section B comprises 8 long answer type questions out of which students must attempt any 5. Each question carries 05 marks.
4. Do not write anything on the question paper.

**SECTION –A (SHORT/OBJECTIVE TYPE QUESTIONS)**

प्र. 1

- a) योग शिक्षण में व्याख्यान विधि किस पर केन्द्रित होती है। (1)
- b) शिक्षण का प्रगमन का सिद्धांत क्या है ? (1)
- c) प्राचीन समय में योग विद्या का शिक्षण किस पद्धति से किया जाता था ? (1)
- d) शिक्षण विधि को कौन- कौन से घटक प्रभावित करते हैं ? (1)
- e) शिक्षण का मुख्य उद्देश्य क्या है? कोई दो उद्देश्य लिखें। (1)
- f) छोटे समूह की योग कक्षा के लिए निम्न में से किस प्रकार की बैठक व्यवस्था उत्तम है। (1)  
 अ) पंक्तियों में (ब) अर्धचन्द्राकार (स) गोलाकार (द) उपरोक्त सभी (1)
- g) योग करने के लिए योगाभ्यासी के लिए लगभग कितना स्थान होना चाहिए। (1)  
 अ) 40 वर्ग फिट (ब) 20 वर्ग फिट (स) 50 वर्ग फिट (द) 60 वर्ग फिट (1)
- h) निम्न में से योग करने के उपकरण है। (1)  
 अ) आसन (ब) सूत्र नेति (स) नेति पोट (द) उपरोक्त सभी (1)
- i) योग के प्रचार- प्रसार के लिए निम्न में से सहायक है। (1)  
 अ) योग कार्यशाला (ब) योग शिविर (स) योग कक्षा (द) उपरोक्त सभी (1)
- j) योग कक्षा के संचालन के लिए बनाया जाता है। (1)  
 अ) वृत्त (ब) पंक्तियाँ (स) पाठ योजना (द) इनमें से कोई नहीं

**SECTION –B (ESSAY TYPE QUESTIONS) 5X5 = 25**

Marks

- प्र. 2 योग के संदर्भ में शिक्षण विधि का अर्थ समझाते हुए उनके कार्यक्षेत्रों का वर्णन करें। (5)
- प्र. 3 यौगिक अभ्यास में शिक्षण अभ्यास की आवश्यकता और उपयोगिता अपने शब्दों में समझाए। (5)

- प्र. 4 योग कक्षा में प्रयुक्त होने वाली योगिक शिक्षण विधियों को सविस्तार लिखे। (5)
- प्र. 5 छोटे समूह व बड़े समूह के योग सत्र कासंचालन किस प्रकार से किया जाए विस्तार से बताए। (5)
- प्र. 6 योगाभ्यास में प्रयुक्त होने वाली व्याख्यान, सह-प्रदर्शन विधि क्या है ? इसकी उपयोगिता का वर्णन कीजिए। (5)
- प्र. 7 पाठ योजना क्या है ? विस्तार से बताए और योग कक्षा में इसके महत्व के बारे में बताए। (5)
- प्र. 8 योग कार्यशाला एवं योग शिविर के बारे में विस्तार से समझाए और योग के प्रचार- प्रसार में उनकी क्या भूमिका है ? (5)
- प्र. 9 योग केंद्र का मूल्यांकन कैसे किया जाता है ? योग केंद्र के मानदंड, उपकरण व परिणाम को संक्षेप में समझाएं। (5)

----- End of Paper-----