

बी.ए. विशारद योग - गृहपाठाचे प्रश्न - विषय- शरीरशास्त्र

प्रथम वर्ष

- १) मानवी सांगाड्याचे मुख्य वर्गीकरण सांगून त्यातील हाडांचे वर्णन करा.
 - २) मानवी पेशीची आकृती काढून रचना वर्णन करा.
 - ३) मानवी शरीरातील पोकळ्यांचे वर्णन करा व त्यातील संस्थांची माहिती द्या.
 - ४) संयोगी पेशीजाल म्हणजे काय ?
-

द्वितीय वर्ष

- १) स्वादुपिंडाची रचना वर्णन करून त्याचे कार्य लिहा.
 - २) श्वसनसंस्थेतील इंद्रियांची माहिती देऊन श्वसन कसे चालते ते लिहा.
 - ३) किडनीचा उभा छेद व ग्लोमिरुलस कॅप्सूल यांची आकृती काढून रचना वर्णन करा.
 - ४) रक्त, रक्तद्रव व लिम्फ यातील फरक स्पष्ट करून रक्तपोशींचे प्रकार सांगा.
-

तृतीय वर्ष

- १) चयापचय म्हणजे काय ? स्निग्ध पदार्थांचे चयापचय सांगा.
 - २) मज्जारज्जूचे स्थान, रचना व कार्य सांगा.
 - ३) मासिक पाळीचे चक्र वर्णन करा.
 - ४) मध्यवर्ती चेतासंस्थेची रचना व कार्य लिहा
-

बी.ए. विशारद योग - गृहपाठाचे प्रश्न - विषय- योग तत्वज्ञान

प्रथम वर्ष

- १) योगाचे स्वरूप स्पष्ट करा. योगाच्या दृष्टीने भारतीय तत्वज्ञानाचे महत्त्व सांगा.
 - २) दर्शने किती आहेत ? त्यांची माहिती लिहा.
 - ३) पंचमहाभूतांची निर्मिती कशी झाली ? त्यांचे पंचविषय स्पष्ट करा.
 - ४) विवेकसिंधूची मांडणी कशी केली आहे ?
-

द्वितीय वर्ष

- १) वृत्ति म्हणजे काय ? त्यांचे प्रकार लिहा. योगाच्या व्याख्येत वृत्तिंबद्दल काय सांगितले आहे ?
 - २) तैत्तिरीय उपनिषदातील संभूतिवाद स्पष्ट करा.
 - ३) कठ उपनिषदातील मृत्युविषयक तत्वज्ञान लिहा.
 - ४) केन उपनिषदातील ब्रह्म संकल्पना स्पष्ट करा. या उपनिषदातील मूलभूत सिध्दान्त सांगा,
-

तृतीय वर्ष

- १) पातंजल योग दर्शनातील त्रिगुणांची लिंगमात्र अवस्था व अलिंगावस्था वर्णन करा.
 - २) काठकोपनिषदातील रथाचे रूपक स्पष्ट करा.
 - ३) हठयोगातील प्राणायाम व त्याचे महत्त्व लिहा.
 - ४) हठयोगात आहार-विहाराचे मार्गदर्शन कसे केले आहे ?
-

बी.ए. विशारद योग - विषय - योग प्रात्यक्षिक (लेखी)

तृतीय वर्ष - प्रथम सत्र

- प्र.१ अ) सुप्तवीरासन हे आसन आकृतीसह स्पष्ट करा.
- ब) गोमुखासन हे आसन साहित्य, उद्देश, कृती व फायदे या मुद्द्यांच्या आधारे स्पष्ट करा.
- प्र.२ अ) भेकासन हे आसन विस्ताराने स्पष्ट करा.
- ब) धनुरासन हे आसन आकृतीसह स्पष्ट करा.

द्वितीय सत्र

- प्र.१ अ) मत्स्यासन हे आसन विस्ताराने लिहा.
- ब) पश्चिमोत्तानासन हे आसन आकृतीसह स्पष्ट करा.
- प्र.२ अ) सर्वांगासन हे आसन साहित्य, उद्देश, कृती व फायदे या मुद्द्यांच्या आधारे सविस्तर वर्णन करा.
- ब) सूर्यनमस्कार विस्ताराने विशद करा.