



Paper Code

BPE0301

Roll No. ....

Signature of Invigilator .....

पतंजलि विश्वविद्यालय

University of Patanjali

Examination December – 2018

Bachelor of Physical Education and Sports (Semester: Third)

BPES

Methods of Teaching Yoga

Time: 3 Hours

Max. Marks: 75

**Note:** This paper is of seventy five (75) marks divided into three (03) sections A, B, and C. Attempt the questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein.

**नोट :** यह प्रश्नपत्र पचहत्तर (75) अंकों का है जो तीन (03) खंडों क, ख, तथा ग में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है।

**Section - A / खण्ड-क**

**(Long Answer Type Questions) / (दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न)**

**Note:** Section 'A' contains five (05) long-answer-type questions of fifteen (15) marks each. Attempt any three questions. (3×15=45)

**नोट :** खण्ड 'क' में पांच (05) दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न दिए हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पंद्रह अंक निर्धारित हैं। किन्हीं तीन प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. योग शिक्षण को आप किस प्रकार समझा सकते हैं? योग शिक्षण का अधिगम के साथ सम्बंध को सविस्तार बताइये।

How do you explain yoga teaching? Define its relationship with learning in detail.

2. समय प्रबंधन को समझाते हुये समय प्रबंधन को प्रभावित करने वाले कारकों की प्रकृति को समझाइये।

Explain time management and define the factors affecting the nature of time management.

3. एक अच्छे पाठ-योजना की प्राथमिकताओं पर विस्तृत चर्चा कीजिए।

Give detail account on Essentials of good lesson plan.

4. शिक्षण तकनीक क्या है? शिक्षण तकनीक के प्रकार तथा महत्ता को विस्तारपूर्वक समझाइये।

What is educational technology? Explain the importance and types of educational technology.

5. क्रिया-शोध क्या है? योग के सम्बन्ध में क्रिया शोध के विभिन्न चरणों को समझाइये।

What is action research? Explain the various steps of action research in relation to yoga.

**Section - B / खण्ड-ख**

**(Short Answer Type Questions) / (लघु-उत्तरीय प्रश्न)**

**Note:** Section 'B' contains Six (06) short-answer-type questions of five (05) marks each. Attempt any four (04) questions. (4×5=20)

**नोट :** खण्ड 'ख' में छः (06) लघु-उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पांच अंक निर्धारित हैं। किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. अधिगम की प्रक्रिया को तथ्यों के आधार पर समझाइये।

Define the process of learning with facts.

2. एक पूर्ण योग गुरु की किन्हीं पाँच विशेषताओं को लिखिए।

Write the five qualities of a perfect yoga Guru.

3. योग शिक्षक के दायित्वों को समझाइये।

Describe the duties of a Yoga Teacher.

4. आप किस प्रकार कह सकते हैं कि 'पाठ योजना, शिक्षण पद्धति का एक महत्वपूर्ण साधन है'।

How you can say that 'lesson plan is an important tool of teaching method'.

5. तथ्यों के आधार पर कक्षाओं में उत्पन्न समस्याएँ तथा इसके प्रकार लिखिये।

Describe classroom problems and its types with facts types.

6. योग में शिक्षण तकनीक की भूमिका को समझाइये।

Describe the role of education technology in yoga.

Section - C / खण्ड-ग

(Objective Type Questions) / (वस्तुनिष्ठ प्रश्न)

Note: Section 'C' contains ten (10) objective-type questions of one (01) mark each. All the questions of this section are compulsory. (10×01=10)

नोट : खण्ड 'ग' में दस(10) वस्तुनिष्ठ प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए एक (01) अंक निर्धारित है। इस खण्ड के सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

1. योग का अभ्यास ..... के लिए महत्वपूर्ण है।

- (अ) नवागन्तुक  
(स) स्कूली बच्चों

- (ब) विशिष्ट  
(द) उपरोक्त सभी

Practice of yoga is important for .....

- (A) Beginners  
(C) School children

- (B) Specific  
(D) All of the above

2. पाठ योजना है .....

- (अ) सामान्य प्रकार का  
(स) अ तथा ब दोनों

- (ब) विशिष्ट प्रकार का  
(द) उपरोक्त में-से कोई नहीं

Lesson plan are of .....

- (A) General type  
(C) Both A and B

- (B) Specific type  
(D) None of these

3. समूह प्रशिक्षण की पद्धति (तकनीक) महत्वपूर्ण है .....

- (अ) व्यक्तिगत रूप से  
(स) दो या अधिक व्यक्तियों के लिये

- (ब) नवागन्तुक के लिए  
(द) व्यक्तिगत समूह के लिए

Technique of group teaching is important for .....

- (A) An individual  
(C) Two or more peoples

- (B) Beginners  
(D) Individual group

4. समय प्रबंधन भाग है .....

- (अ) पाठ योजना का  
(स) ध्यान का

- (ब) पुस्तकालय संसाधन का  
(द) शिक्षण के संगठन का

Time management is a part of .....

- (A) Lesson plan  
(C) Meditation

- (B) Library resources  
(D) Organization of teaching

5. योग कक्षा में बैठने का क्रम निर्भर करता है .....

- (अ) प्रति व्यक्ति पर  
(स) कुछ समूह विशेष पर

- (ब) अधिकतम संख्या पर  
(द) उपर्युक्त में-से कोई नहीं

Sitting arrangement in yoga class is depend on .....

- (A) Individual  
(C) Some of special groups

- (B) Maximum strength  
(D) None of the above

6. योग में शिक्षण तकनीक की भूमिका होती है .....

- (अ) धनात्मक  
(स) धनात्मक एवं ऋणात्मक दोनों

- (ब) ऋणात्मक  
(द) नगण्य

Role of educational technology in Yoga is .....

- (A) Positive  
(C) Both Positive and Negative

- (B) Negative  
(D) Nil

7. निम्न में-से क्या एक दूसरे से पूर्ण रूप से भिन्न है .....

(अ) धौती

(ब) कपालभाति

(स) नौलि

(द) पदमासन

Which one of the following is different then others .....

(A) Dhauti

(B) Kapalabhati

(C) Nauli

(D) Padmasana

8. शोध एक प्रक्रिया है .....

(अ) रूपान्तरण

(ब) वर्गीकरण

(स) मूल्यांकन

(द) सुधार करना

Research is a process of .....

(A) Modification

(B) Classification

(C) Evaluation

(D) Rectification

9. प्राथमिक विद्यालय का अध्यापक सीधे जिम्मेदार है .....

(अ) प्रधानाध्यापक

(ब) माता-पिता

(स) विद्यार्थी

(द) उक्त में-से कोई नहीं

The elementary school teacher is directly responsible to the .....

(A) Head Master

(B) Parents

(C) Students

(D) None of these

10. स्कूल नीति निर्धारित की जानी चाहिए .....

(अ) नागरिकों द्वारा

(ब) प्रधानाध्यापकों द्वारा

(स) नागरिकों तथा शिक्षकों द्वारा

(द) व्यावसायिक शिक्षकों द्वारा

The school policy should be determined by .....

(A) Citizens

(B) Head Masters

(C) Citizens and Educators

(D) The Professional educators

-----X-----