P - 91

Total No. of Pages : 4

Seat No.	319228.

B.A. (Part - III) (Semester - VI) Examination, March - 2017

PHYSICAL EDUCATION

Yoga (Paper - XIV)

Sub. Code : 65703

Day and Date : Monday, 27 - 03 - 2017 Total Marks : 25

Time : 3.00 p.m. to 4.00 p.m.

Instructions : 1) All questions are compulsory.

2) Figures to the right indicate full marks.

Q1) Explain contribution of yogic practices for the development of sport performance. [10]

OR

Explain the effect of yogic exercises on respiratory system.

Q2) Write short notes (Any two) [10]

i) Human body and yoga

ii) Yoga for all

iii) Emotion control - Need

Q3) Choose the correct alternatives [5]

i) Yoga is the continuous obstruction of _____

a) Chittavratti

b) Movement

c) Intellect

ii) In yogasana _____ is the obstacles related to body

a) Vyadhi

b) Styan

c) Sanshay

iii) _____ is yama

a) Ahimsa

b) Sanch

c) Santosh

iv) There are _____ Niyamas

a) Three

b) Four

c) Five

v) Due to Asana backbone becomes _____

a) Rigid

b) Flexible

c) Soft

मराठी रूपांतर

सूचना : 1) सर्व प्रश्न आवश्यक आहेत.

2) उजवीकडील अंक पूर्ण गुण दर्शवितात.

प्र.1) खेळाचा दर्जा विकासात्मक होण्यासाठी योग प्रात्यक्षिकाचे कार्य स्पष्ट करा. [10]

किंवा

योगिक प्रात्यक्षिकांचा श्वसन संस्थेवर होणारा परिणाम स्पष्ट करा.

प्र.2) टिपा लिहा. (फक्त दोन) [10]

i) मानवी शरीर व योग

ii) सर्वासाठी योग

iii) भावनांचे नियंत्रण – गरज

प्र.3) योग्य पर्याय निवडा. [5]

i) ..... चा अखंड निरोध म्हणजे योग होय.

अ) चित्तवृत्ती

ब) हालचाल

क) बुद्धी

ii) योग साधनेत ..... हा अडथळा शरीराशी संबंधीत आहे.

अ) व्याधी

ब) स्त्यान

क) संशय

iii) ..... ही यम आहे.

अ) अहिंसा

ब) शौच

क) संतोष