



# MAHARISHI UNIVERSITY OF MANAGEMENT AND TECHNOLOGY

MAHARISHI ROAD, MANGLA, BILASPUR (CHHATTISGARH)-495001

FINAL EXAM : SEMESTER-III, SESSION 2020-21

**COURSE –M A YOGA, PAPER – I, SUBJECT CODE MAYOGA115,**  
**METHODS OF TEACHING YOGA AND VALUE EDUCATION**

Max Marks : 70

Min Pass Marks : 28

निर्देश :- सभी प्रश्नों को हल करें।

प्रश्न 01 विकल्प की सहायता से प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

01X10=10

- (i) योग अध्यापन में निम्न में से कौन से सोपानो का प्रयोग होता है ?
- (अ) व्याख्यान विधि (ब) समूह चर्चा विधि  
(स) निर्देशनविधि (द)उपरोक्त सभी
- (ii) एक अच्छे योग शिक्षक की सबसे महत्वपूर्ण विशेषता होती है?
- (अ) विषयों के ज्ञान में दक्षता (ब) पढाने की उत्सुकता  
(स) धैर्य एवं दृढता (द) शिक्षण पद्धतियों का ज्ञान
- (iii) यौगिक पाठ में निम्नलिखित में से किस का संयोजन होना चाहिए।?
- (अ) यौगिक अभ्यास संबंधित मौखिक प्रस्तुतीकरण  
(ब) वातावरण का निर्माण  
(स) प्रदर्शक अभ्यास  
(द)उपरोक्त सभी
- (iv) अधिगम शब्द का अर्थ है
- (अ) सीखना (ब) पाठ योजना  
(स) अंतः क्रिया (द) उपरोक्त कोई नहीं
- (v) अध्यापन की दो प्रमुख विधियां कौन-कौन सी हैं?
- (अ) निर्देशन एवं व्यावहारिक विधि (ब) निर्देशन एवं अनुक्रिया विधि  
(स) वैयक्तिक एवं निर्देान विधि (द) उपरोक्त सभी
- (vi) प्राचीनकाल में अध्यापन में किस विधि की प्रमुखता रहती थीं?
- (अ) छात्र केन्द्रित (ब) अध्यापक केन्द्रित  
(स) उपरोक्त दोनों (द) उपरोक्त कोई नहीं

- (vii) योगाभ्यास के लिए प्रत्येक अभ्यासी को लगभग कितने वर्ग फिट स्थान उपलब्ध होना चाहिए?।
- (अ) 30 वर्ग फिट (ब) 35 वर्ग फिट  
(स) 45 वर्ग फिट (द) 40 वर्ग फिट
- (viii) परामर्श की प्रक्रिया दो व्यक्तियों के .....?।
- (अ) उदासीनता पर आधारित होती है (ब) पारस्परिक संबंध पर आधारित होती है  
(स) वाद विवाद पर आधारित होती है (द) उपरोक्त कोई नहीं
- (ix) शिक्षा तकनीकी से तात्पर्य होता है ?।
- (अ) दृश्य-श्रव्य सामग्री का उपयोग (ब) मशीनों का उपयोग  
(स) कला एवं विज्ञान में मध्यस्थता (द) उपरोक्त कोई नहीं
- (x) सूक्ष्म शिक्षण का अर्थ होता है ?।
- (अ) लघु पाठ्य वस्तु (ब) लघु कक्षा  
(स) लघु शिक्षण कालांश (द) उपरोक्त सभी

**प्रश्न 02 अति लघु उत्तरीय प्रश्न** (प्रत्येक प्रश्न 2 अंक का है कोई पांच प्रश्न हल कीजिए)

- (i) योग शिक्षा का उद्देश्य बताइए ?
- अथवा
- योग शिक्षा के आयामों का वर्णन कीजिये ?
- (ii) शिक्षण की परिभाषा बताइए ?
- अथवा
- मूल्य क्या है स्पष्ट कीजिए ?
- (iii) समय सारणी के निर्माण की क्या आवश्यकता होती है स्पष्ट कीजिए ?
- अथवा
- योग शिक्षण में क्रियात्मक अनुसंधान के चरणों का वर्णन कीजिए ?
- (iv) योग शिक्षण में किन संसाधनों का उपयोग किया जाता है स्पष्ट कीजिए ?
- अथवा
- पाठ योजना के मॉडल से आप क्या समझते हैं?
- (v) शिक्षक प्रशिक्षण क्यों आवश्यक है?
- अथवा
- कुशल योग गुरु के गुण बताइये?

**प्रश्न 03 लघु उत्तरीय प्रश्न**

5x2=10

- (i) व्यक्तित्व विकास में यौगिक मूल्य शिक्षा की भूमिका को स्पष्ट कीजिए?
- (ii) योग द्वारा मूल्य का विकास किस प्रकार संभव है समझाइए ?
- (iii) योग शिक्षक में शैक्षिक उपकरणों की विधिवत व्याख्या कीजिए?
- (iv) शिक्षण एवं सीखना के मध्य अन्तर स्पष्ट कीजिये?
- (v) स्कूली बच्चों पर मूल्य शिक्षा का प्रभाव बताईये?

**प्रश्न 04**

**दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (प्रत्येक प्रश्न 10 अंक का है कोई 4 प्रश्न करने है।)**

10x4=40

- प्र0 (a) योग शिक्षण में शिक्षण विधियों की आवश्यकता को विस्तार पूर्वक समझाइए ?
- प्र0 (b) अध्यापन प्रक्रिया की अवधारणा से आप क्या समझते हैं परिभाषित कीजिए ?
- प्र0 (c) सूक्ष्म शिक्षण की प्रक्रिया को बताते हुए इसके महत्व एवं उपयोगिता को अपने शब्दों में विस्तार पूर्वक लिखिए है ?
- प्र0 (d) ध्यान प्राणायाम एवं षट्कर्म के प्रस्तुतीकरण की विधि का विस्तार पूर्वक वर्णन कीजिए?
- प्र0 (e) कुशल अध्यापन के गुण एवं अकुशल अध्यापन की त्रुटियों का वर्णन करते हुए अपने शब्दों में समीक्षा कीजिए ?।
- प्र0 (f) व्यक्तित्व एवं सामाजिक विकास में योग शिक्षा की भूमिका को स्पष्ट कीजिए?
- प्र0 (g) योग शिक्षा के विभिन्न अनुप्रयोगों एवं आयामों का वर्णन कीजिये

\*\*\*\*\*