

Roll No.

Total Printed Pages - 2

F - 473

**B.P.Ed. (Second Semester)
EXAMINATION, May - June, 2022**

**Paper First
YOGA EDUCATION**

Time : Three Hours]

[Maximum Marks:70

नोट- सभी प्रश्न हल करना अनिवार्य है।

Note- Attempt all questions.

1. "योग सूत्र"- सामान्य विचार पर निबंध लिखिए। (17.5)
Write an essay upon "Yoga Sturas" general considerations.

OR

योग के लक्ष्य व उद्देश्य बताइए।

Explain aims and objectives of Yoga.

2. भगवद्गीता के अनुसार ज्ञान योग को समझाइए। (17.5)
Explain Gyana Yoga as per Bhagvadgita.

[2]

OR

आष्टांग योग के अनुसार यम को समझाइए।

Explain Yama as per Astang Yoga.

3. योग आसनों का वर्गीकरण उदाहरणों सहित दीजिए। (17.5)
Give classifications of Yog asanas with examples.

OR

"यौगिक मुद्राओं" पर एक निबंध लिखिए।

Write an essay upon "Yogic Mudras".

4. योगभ्यास एवं शारीरिक व्यायाम के मध्य 10 अंतर बताइए। (17.5)
Write 10 differences between Yogic practices and physical exercises.

OR

भारत योग आसनों की प्रतियोगिताओं के बारे में विस्तार से लिखिए।

Write in detail upon competition of Yogasanas in India.

P.T.O.

F - 473