

पण्डित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़, बिलासपुर
सत्रीय कार्य (Assignment Work) सत्र – जुलाई–जून 2023–24

Diploma in Yogic Science

विषय— योग विज्ञान का परिचयात्मक स्वरूप

प्रश्नपत्र: प्रथम

पूर्णांक : 30

न्यूनतम उत्तीर्णांक: 12

नोट:— परीक्षार्थियों प्रत्येक खण्ड के निर्देशों को ध्यान से पढ़कर प्रश्नों को हल करें।

परीक्षार्थी हेतु निर्देश :

सत्रीय कार्य-1

खण्ड अ — अति लघुउत्तरीय प्रश्न (1 से 8) कुल 08 प्रश्न है, सभी प्रश्न अनिवार्य। प्रति प्रश्न 0.5 अंक उत्तर शब्द सीमा 1–2 शब्द या एक वाक्य।

खण्ड ब — अति लघुउत्तरीय प्रश्न (9 से 14) कुल 06 प्रश्न है जिसमें से कोई 04 प्रश्न हल करें। प्रति प्रश्न 01 अंक का होगा। उत्तर शब्द सीमा 75 या आधा पेज।

सत्रीय कार्य-2

खण्ड स — लघुउत्तरीय प्रश्न (15 से 18) कुल 04 प्रश्न है जिसमें से कोई 03 प्रश्न हल करें। प्रति प्रश्न 02 अंक का होगा। उत्तर शब्द सीमा 150 या एक पेज।

सत्रीय कार्य-3

खण्ड द — अद्वैदी उत्तरीय प्रश्न (19 से 22) कुल 04 प्रश्न है जिसमें से कोई 02 प्रश्न हल करें। प्रति प्रश्न 04 अंक का होगा। शब्द सीमा 300 या दो पेज।

सत्रीय कार्य-4

खण्ड ई — दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (23 से 24) कुल 02 प्रश्न है जिसमें से कोई 01 प्रश्न हल करें। प्रति प्रश्न 08 अंक का होगा। उत्तर की शब्द सीमा 600–750 या 4–5 पेज।

सत्रीय कार्य-1

(Assignment - 1)

खण्ड—अ

(Section—A)

1. यम विधियों के नाम लिखिये।

Write the names of Yama methods.

2. योगशास्त्र का उत्पत्तिकर्ता किसको माना गया है और क्यों ?

Who is considered the originator of Yogashastra and why ?

3. सांख्य दर्शन के रचनाकार कौन हैं ?

Who is the creator of Samkhya philosophy ?

4. कर्म योग क्या है ?

What is karma yoga ?

5. हठ योग के किन्हीं दो प्रमुख ग्रन्थों के नाम लिखिये।

Write the names of any *two* major granths of Hatha Yoga.

6. आसन क्या है ? किन्हीं दो आसनों के नाम लिखिये।

What is Asana ? Write the names of any *two* Asanas.

7. कुन्डली जागरण क्या है ?

What is Kundli Jagran ?

8. रेचक क्या है ?

What is rechak ?

खण्ड—ब

(Section—B)

9. दर्शन क्या है ? इनके प्रकार लिखिए।

What is philosophy ? Write their types.

10. दर्शन क्या है ? इनके प्रकार लिखिए।

What is philosophy ? Write their types.

11. ज्ञानयोग की विशेषताएँ लिखिये।

Write the characteristics of Gyan Yoga.

12. योग क्या है परिभाषित कीजिए।

Define what is yoga.

13. सूर्य नमस्कार के चरणों को लिखिये।

Write the steps of Surya Namaskar.

14. बन्ध क्या है ? किसी एक का वर्णन कीजिए।

What is bandh ? Describe any *one* bandh.

सत्रीय कार्य-2

(Assignment - 2)

खण्ड—स

(Section—C)

15. भक्तियोग स्वरूप का वर्णन कीजिए।

Describe the form of Bhakti Yoga.

16. गोरखनाथ की प्रमुख रचनाएँ लिखिये।

Write the main works of “Gorakhnath”.

17. वैदिक काल में योग विज्ञान के महत्व को बताइए।

Write the importance of yogic science in the Vedic era.

18. प्राणायाम क्या है ? किसी एक प्राणायाम का वर्णन कीजिए।

What is pranayama ? Describe any *one* pranayama.

सत्रीय कार्य-3

(Assignment - 3)

खण्ड—द

(Section—D)

19. योग विज्ञान के परंपरानुसार विकास का वर्णन कीजिए।

Describe the development of yogic science according to tradition.

20. षट्कर्म का वर्णन कीजिए।

Describe Shatkarma.

21. राजयोग के अंगों का वर्णन कीजिए।

Describe the parts of Raja Yoga.

22. कर्मयोग की विशेषताओं को बताइए।

Describe the characteristics of Karma Yoga.

सत्रीय कार्य—4

(Assignment - 4)

खण्ड—इ

(Section—E)

23. स्वामी विवेकानन्द का संक्षिप्त जीवन परिचय दीजिए।

Give a brief introduction to the life of Swami Vivekananda.

24. हठयोग को संक्षिप्त में समझाइए।

Briefly explain Hatha Yoga.

आवश्यक निर्देश :—

1. सत्रीय लेखन कार्य को घर से लिखकर उत्तरपुस्तिका दिनांक 29 फरवरी 2024 तक संबंधित अध्ययन केन्द्र में जमा करें। सत्रीय कार्य स्व—हस्तलिखित होना चाहिए। दूसरे के द्वारा लिखा गया, फोटोकापी या पुस्तक का हिस्सा चिपकाना अनुचित साधन का प्रयोग माना जायेगा।
2. छात्र सत्रीय कार्य लेखन हेतु अन्य संदर्भित पुस्तकों का भी उपयोग कर सकते हैं।
3. सत्रांत परीक्षा सत्र जुलाई—जून 2023–24 का सैद्धांतिक प्रश्न पत्र का स्वरूप सत्रीय कार्य जुलाई—जून 2023–24 जैसा ही रहेगा।
4. सत्रीय कार्य के मूल्यांकन में छात्र द्वारा किए गए अध्ययन एवं लेखन, विषय की व्याख्या तथा लेखन में मौलिकता को आधार बनाया जायेगा। इसमें अध्ययन लेखन पर अधिकतम 60 प्रतिशत (18 अंक) दिया जावेगा, विषय—वस्तु की व्याख्या के लिए अधिकतम 20 प्रतिशत (6 अंक) तथा सृजनात्मक, मौलिक—सोच प्रदर्शित होने पर अधिकतम 20 प्रतिशत (6 अंक) प्राप्त हो सकते हैं। इस प्रकार मूल 100 प्रतिशत (30 अंक) का विभाजन रहेगा।

पण्डित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़, बिलासपुर
सत्रीय कार्य (Assignment Work) सत्र – जुलाई–जून 2023–24

Diploma in Yogic Science

विषय— योग दर्शन (भारतीय दर्शन के सन्दर्भ में)

प्रश्नपत्र: द्वितीय

पूर्णांक : 30

न्यूनतम उत्तीर्णांक: 12

नोट:— परीक्षार्थियों प्रत्येक खण्ड के निर्देशों को ध्यान से पढ़कर प्रश्नों को हल करें।

परीक्षार्थी हेतु निर्देश :

सत्रीय कार्य-1

खण्ड अ — अति लघुउत्तरीय प्रश्न (1 से 8) कुल 08 प्रश्न है, सभी प्रश्न अनिवार्य। प्रति प्रश्न 0.5 अंक उत्तर शब्द सीमा 1–2 शब्द या एक वाक्य।

खण्ड ब — अति लघुउत्तरीय प्रश्न (9 से 14) कुल 06 प्रश्न है जिसमें से कोई 04 प्रश्न हल करें। प्रति प्रश्न 01 अंक का होगा। उत्तर शब्द सीमा 75 या आधा पेज।

सत्रीय कार्य-2

खण्ड स — लघुउत्तरीय प्रश्न (15 से 18) कुल 04 प्रश्न है जिसमें से कोई 03 प्रश्न हल करें। प्रति प्रश्न 02 अंक का होगा। उत्तर शब्द सीमा 150 या एक पेज।

सत्रीय कार्य-3

खण्ड द — अर्द्ध दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (19 से 22) कुल 04 प्रश्न है जिसमें से कोई 02 प्रश्न हल करें। प्रति प्रश्न 04 अंक का होगा। शब्द सीमा 300 या दो पेज।

सत्रीय कार्य-4

खण्ड ई — दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (23 से 24) कुल 02 प्रश्न है जिसमें से कोई 01 प्रश्न हल करें। प्रति प्रश्न 08 अंक का होगा। उत्तर की शब्द सीमा 600–750 या 4–5 पेज।

सत्रीय कार्य-1

(Assignment - 1)

खण्ड—अ

(Section—A)

1. ‘योग सूत्र’ के लेखक का नाम लिखिए।

Write the name of the author of ‘Yoga Sutra’.

2. ‘पंच क्लेश’ कौन-कौनसे हैं ?

Write the name of ‘Panch Kleshas’.

3. पंच महाव्रतों के नाम लिखिए।

Write the name of Panch Mahavrata.

4. गीता में कितने अध्याय हैं ?

How many Adhyayas are in Gita ?

5. ‘योगः कर्मषु कौशलम्’ किसने और कहाँ कहा ?
‘Yogah Karmasu Kaushalam’ who and where said it ?

6. जीवात्मा की तीन अवस्थाओं के नाम लिखिए।

Write the name of three awasthas of individual self.

7. प्रत्याहार क्या है ?

What is Pratyahar ?

8. ‘काम एवं पुरुषार्थः’ यह दर्शन कौन मानता है ?

Which philosophy holds ‘Kama evam Purusharthah’ ?

खण्ड—ब

(Section—B)

9. निष्काम कर्म योग को स्पष्ट कीजिए।

Explain the theory of Niskam Karma Yoga.

10. पंच कोश क्या है ? व्याख्या कीजिए।

What is Panch Koshas ? Explain.

11. “योगः चित्तवृत्ति निरोधः”  स्पष्ट कीजिए।

Explain “Yogah Chittavritti Nirodhah”.

12. भारतीय दर्शन के भेद बताइए।

Write the kinds of Indian Philosophy.

13. श्री अरविन्द के अनुसार सत् का क्या स्वरूप है ?

Discuss the nature of ‘Sat’ according to Shri Aurobindo.

14. ‘माया’ क्या है ? विवेचना कीजिए।

What is ‘Maya’ ? Explain.

सत्रीय कार्य—2

(Assignment - 2)

खण्ड—स

(Section—C)

15. जैन दर्शन के अनुसार ‘जीव’ के स्वरूप का वर्णन कीजिए।

Discuss the nature of ‘Self’ according to Jain Philosophy.

16. ‘प्रतीत्यसमुत्पाद’ को समझाइए।

- Explain the theory of ‘Pratityasamutpad’.
17. आस्तिक-नास्तिक के भेद को स्पष्ट कीजिए।
- Explain the differences of Astik-Nastik.
18. ‘जीवनमुक्त’ किसे कहते हैं ? स्पष्ट कीजिए।
- Who is ‘Jivan Mukta’ ? Explain.

सत्रीय कार्य-3 (Assignment - 3)

खण्ड—द

(Section—D)

19. भारतीय दर्शन की प्रमुख विशेषताएँ लिखिए।
- Write the main features of Indian Philosophy.
20. योग किस बिन्दु पर सांख्य से पृथक है ?
- On which point does Yoga differ from Sankhya ?
21. बौद्ध दर्शन के अष्टांग मार्ग को संक्षेप में समझाइए।
- Explain eight fold path of Buddhism.
22. ‘ब्रह्म’ क्या है ? भेद सहित इसके स्वरूप को बताइए।
- What is ‘Brahman’ ? Discuss its nature and kinds.

सत्रीय कार्य-4 (Assignment - 4)

खण्ड—इ

(Section—E)

23. सांख्य दर्शन के ‘द्वैतवाद’ को स्पष्ट कीजिए।
- Explain the ‘Dualism’ of Sankhya philosophy.
24. अष्टांग योग साधना के जीवन-लक्ष्य को हम कैसे प्राप्त कर सकते हैं ? व्याख्या कीजिए।
- How can we attain the aim of life according to Astanga Yoga ? Explain.

आवश्यक निर्देश :-

1. सत्रीय लेखन कार्य को घर से लिखकर उत्तरपुस्तिका दिनांक 29 फरवरी 2024 तक संबंधित अध्ययन केन्द्र में जमा करें। सत्रीय कार्य स्व-हस्तलिखित होना चाहिए। दूसरे के द्वारा लिखा गया, फोटोकापी या पुस्तक का हिस्सा विपकाना अनुचित साधन का प्रयोग माना जायेगा।
2. छात्र सत्रीय कार्य लेखन हेतु अन्य संदर्भित पुस्तकों का भी उपयोग कर सकते हैं।
3. सत्रांत परीक्षा सत्र जुलाई-जून 2023-24 का सैद्धांतिक प्रश्न पत्र का स्वरूप सत्रीय कार्य जुलाई-जून 2023-24 जैसा ही रहेगा।
4. सत्रीय कार्य के मूल्यांकन में छात्र द्वारा किए गए अध्ययन एवं लेखन, विषय की व्याख्या तथा लेखन में मौलिकता को आधार बनाया जायेगा। इसमें अध्ययन लेखन पर अधिकतम 60 प्रतिशत (18 अंक) दिया जावेगा, विषय-वस्तु की व्याख्या के लिए अधिकतम 20 प्रतिशत (6 अंक) तथा सृजनात्मक, मौलिक-सोच प्रदर्शित होने पर अधिकतम 20 प्रतिशत (6 अंक) प्राप्त हो सकते हैं। इस प्रकार मूल 100 प्रतिशत (30 अंक) का विभाजन रहेगा।

पण्डित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़, बिलासपुर
सत्रीय कार्य (Assignment Work) सत्र – जुलाई–जून 2023–24

Diploma in Yogic Science

विषय— हठयोग विज्ञान के सिद्धान्त

प्रश्नपत्र: तृतीय

पूर्णांक : 30

न्यूनतम उत्तीर्णांक: 12

नोट:— परीक्षार्थियों प्रत्येक खण्ड के निर्देशों को ध्यान से पढ़कर प्रश्नों को हल करें।

परीक्षार्थी हेतु निर्देश :

सत्रीय कार्य-1

खण्ड अ — अति लघुउत्तरीय प्रश्न (1 से 8) कुल 08 प्रश्न है, सभी प्रश्न अनिवार्य। प्रति प्रश्न 0.5 अंक उत्तर शब्द सीमा 1–2 शब्द या एक वाक्य।

खण्ड ब — अति लघुउत्तरीय प्रश्न (9 से 14) कुल 06 प्रश्न है जिसमें से कोई 04 प्रश्न हल करें। प्रति प्रश्न 01 अंक का होगा। उत्तर शब्द सीमा 75 या आधा पेज।

सत्रीय कार्य-2

खण्ड स — लघुउत्तरीय प्रश्न (15 से 18) कुल 04 प्रश्न है जिसमें से कोई 03 प्रश्न हल करें। प्रति प्रश्न 02 अंक का होगा। उत्तर शब्द सीमा 150 या एक पेज।

सत्रीय कार्य-3

खण्ड द — अर्द्ध दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (19 से 22) कुल 04 प्रश्न है जिसमें से कोई 02 प्रश्न हल करें। प्रति प्रश्न 04 अंक का होगा। शब्द सीमा 300 या दो पेज।

सत्रीय कार्य-4

खण्ड ई — दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (23 से 24) कुल 02 प्रश्न है जिसमें से कोई 01 प्रश्न हल करें। प्रति प्रश्न 08 अंक का होगा। उत्तर की शब्द सीमा 600–750 या 4–5 पेज।

सत्रीय कार्य-1

(Assignment - 1)

खण्ड—अ

(Section—A)

1. सूर्य नाड़ी क्या है ?
What is Surya Nadi ?
2. आसन से आप क्या समझते हैं ?
What do you mean by Asana ?
3. अहिंसा क्या है ?
What is Ahimsa ?
4. खेचरी मुद्रा के दो लाभ लिखिए।
Write the two benefits of Khechri mudra (Tongue lock).
5. शवासन के दो सावधानियों को लिखिए।

Write the *two* contraindications of Shavasana.

6. अस्तेय क्या है ?

What is Asthey ?

7. मनुष्य के मन के **तीन** भागों को लिखिए।

Write the *three* parts of human soul.

8. बंध कितने प्रकार के होते हैं ?

How many types of Bandhas are there ?

खण्ड—ब

(Section—B)

9. आज्ञा चक्र क्या है ?

What is Aagya Chakra ?

10. ध्यानात्मक आसनों के नाम लिखिए।

Write the name of meditative Asana.

11. मयूरासन की प्रक्रिया लिखिए।

Write the process of Mayurasana.

12. हठयोग प्रदीपिका के अनुसार षट्कर्म के नाम लिखिए।

Write the name of Shatkarma given in Hathyoga Pradeepika.

13. कपालभाति के लाभ लिखिए।

Write the benefits of Kapalbhati.

14. अष्टांग में वर्णित यम के भागों को लिखिए।

Write the parts of Yama given in Asthang Yoga.

सत्रीय कार्य—2

(Assignment - 2)

खण्ड—स

(Section—C)

15. बंध क्या है ? बंध के प्रकारों को समझाइए।

What is Bandha ? Explain the types of Bandhas.

16. षट्कर्म क्या है ? षट्कर्म के प्रकारों की संक्षेप में विवेचना कीजिए।

What is Shatkarma ? Explain in brief about the types of Shatkarma.

17. स्वामी चरणदास द्वारा अष्टांग योग में वर्णित नियम को लिखिए।

Explain the Niyama of Asthang Yoga given by Swami Charandas.

18. स्वामी चरणदास का जीवन परिचय दीजिए।

Write the life introduction of Swami Charandas.

सत्रीय कार्य-3

(Assignment - 3)

खण्ड—द

(Section—D)

19. महर्षि घेरण्ड द्वारा बताये गये किन्हीं तीन आसनों का पूर्ण विवरण दीजिए।

Describe in detail any *three* Asanas given by Maharishi Gherand.

20. कुम्भक क्या है ? कुम्भकों की प्रक्रिया के बारे में विस्तार से समझाइए।

What is Kumbhaka ? Describe about the process of Kumbhakas.

21. घेरण्ड संहिता के अनुसार किन्हीं पाँच मुद्राओं के बारे में बताइए।

Describe in detail about *five* Mudras mentioned in Gherand Samhita.

22. स्वात्मराम के द्वारा वर्गीकृत शरीर संवर्धनात्मक आसनों के लाभ लिखिए।

Explain in detail about the benefits of physical Asanas classified by Swatmaram.

सत्रीय कार्य-4

(Assignment - 4)

खण्ड—इ

(Section—E)

23. षट्चक्र क्या है ? हमारे शरीर में उपस्थित विभिन्न प्रकार के चक्रों की विवेचना कीजिए।

What is Shatchakra ? Discuss the different types of Chakras present in our body.

24. प्राणायाम क्या है ? प्राणायाम के प्रकारों की विस्तृत विवेचना कीजिए।

What is Pranayama ? Explain in detail about the various types of Pranayama.

आवश्यक निर्देश :-

1. सत्रीय लेखन कार्य को घर से लिखकर उत्तरपुस्तिका दिनांक 29 फरवरी 2024 तक संबंधित अध्ययन केन्द्र में जमा करें। सत्रीय कार्य स्व-हस्तालिखित होना चाहिए। दूसरे के द्वारा लिखा गया, फोटोकापी या पुस्तक का हिस्सा चिपकाना अनुचित साधन का प्रयोग माना जायेगा।
2. छात्र सत्रीय कार्य लेखन हेतु अन्य संदर्भित पुस्तकों का भी उपयोग कर सकते हैं।
3. सत्रांत परीक्षा सत्र जुलाई–जून 2023–24 का सैद्धांतिक प्रश्न पत्र का स्वरूप सत्रीय कार्य जुलाई–जून 2023–24 जैसा ही रहेगा।
4. सत्रीय कार्य के मूल्यांकन में छात्र द्वारा किए गए अध्ययन एवं लेखन, विषय की व्याख्या तथा लेखन में मौलिकता को आधार बनाया जायेगा। इसमें अध्ययन लेखन पर अधिकतम 60 प्रतिशत (18 अंक) दिया जावेगा, विषय–वस्तु की व्याख्या के लिए अधिकतम 20 प्रतिशत (6 अंक) तथा सृजनात्मक, मौलिक–सोच प्रदर्शित होने पर अधिकतम 20 प्रतिशत (6 अंक) प्राप्त हो सकते हैं। इस प्रकार मूल 100 प्रतिशत (30 अंक) का विभाजन रहेगा।

**पण्डित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़, बिलासपुर
सत्रीय कार्य (Assignment Work) सत्र – जुलाई–जून 2023–24**

Diploma in Yogic Science

विषय— मानव शरीर रचना एवं शरीर क्रिया विज्ञान

प्रश्नपत्र: चतुर्थ

पूर्णांक : 30

न्यूनतम उत्तीर्णांक: 12

नोट:- परीक्षार्थियों प्रत्येक खण्ड के निर्देशों को ध्यान से पढ़कर प्रश्नों को हल करें।

परीक्षार्थी हेतु निर्देश :

सत्रीय कार्य-1

खण्ड अ – अति लघुउत्तरीय प्रश्न (1 से 8) कुल 08 प्रश्न है, सभी प्रश्न अनिवार्य। प्रति प्रश्न 0.5 अंक उत्तर शब्द सीमा 1–2 शब्द या एक वाक्य।

खण्ड ब – अति लघुउत्तरीय प्रश्न (9 से 14) कुल 06 प्रश्न है जिसमें से कोई 04 प्रश्न हल करें। प्रति प्रश्न 01 अंक का होगा। उत्तर शब्द सीमा 75 या आधा पेज।

सत्रीय कार्य-2

खण्ड स – लघुउत्तरीय प्रश्न (15 से 18) कुल 04 प्रश्न है जिसमें से कोई 03 प्रश्न हल करें। प्रति प्रश्न 02 अंक का होगा। उत्तर शब्द सीमा 150 या एक पेज।

सत्रीय कार्य-3

खण्ड द – अद्वृद्धी उत्तरीय प्रश्न (19 से 22) कुल 04 प्रश्न है जिसमें से कोई 02 प्रश्न हल करें। प्रति प्रश्न 04 अंक का होगा। शब्द सीमा 300 या दो पेज।

सत्रीय कार्य-4

खण्ड ई – दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (23 से 24) कुल 02 प्रश्न है जिसमें से कोई 01 प्रश्न हल करें। प्रति प्रश्न 08 अंक का होगा। उत्तर की शब्द सीमा 600–750 या 4–5 पेज।

सत्रीय कार्य-1

(Assignment - 1)

खण्ड—अ

(Section—A)

1. ऊतक कितने प्रकार के होते हैं ?

How many types of tissues are there ?

2. मिश्रित ग्रन्थि का नाम लिखिए।

Write the name of mixed gland.

3. मानव शरीर में कितनी अक्षीय हड्डियाँ होती हैं ?

How many axial bones are there in human body ?

4. मानव शरीर में कितने प्रकार की माँसपेशियाँ पाई जाती हैं ?

Write the name of different types of muscle in human body.

5. कोशिका की खोज किसने और कौन-से वर्ष में की ?

Who discovered the cell and in which year ?

6. मानव शरीर में यकृत का वजन कितना होता है ?

Write the weight of liver in human body.

7. वक्ष की कशेरुका में कितनी हड्डियाँ होती हैं ?

How many bones are there in Thoracic vertebrae ?

8. मानव शरीर में हृदय का वजन कितना होता है ?

Write the weight of heart in human body.

खण्ड—ब

(Section—B)

9. त्वचा के प्रमुख कार्य क्या हैं ?

What are the main functions of skin ?

10. रक्त समूह कितने प्रकार के होते हैं ? उनका नाम लिखिए।

How many types of blood group are there ? Write their names.

11. कोशिका के क्या कार्य हैं ?

What are the functions of cell ?

12. नेत्र का कौन-सा भाग प्रकाश संवेदी होता है ?

Which part of eye is photosensitive ?

13. पाचन तंत्र के सहायक अंगों के नाम लिखिए।

Write the names of the accessory organs of the digestive system.

14. निकट दृष्टिदोष को समझाइए।

Explain the myopia.

सत्रीय कार्य—2

(Assignment - 2)

खण्ड—स

(Section—C)

15. नेत्र संरचना का नामांकित चित्र बनाइए।

Draw structural diagram of the eye.

16. ऊतक के कार्यों का वर्णन कीजिए।

What are the function of tissue ?

17. कंकाल तंत्र के कार्यों का वर्णन कीजिए।

Describe the functions of skeletal system.

18. पीयूष (मास्टर) ग्रन्थि का विस्तृत विवरण दीजिए।

Write a detailed description of master gland.

सत्रीय कार्य-3

(Assignment - 3)

खण्ड—द

(Section—D)

19. प्रोटीन का पाचन किस प्रकार होता है, समझाइए।

Explain how the digestion of protein takes place.

20. धमनी व शिरा के कार्य बताते हुए इनमें अन्तर लिखिए।

With telling the function of artery and vein, explain difference between them.

21. मानव कर्ण की संरचना बताते हुए सुनने की प्रक्रिया का वर्णन कीजिए।

State the anatomical structure of human ear and describe the process of hearing.

22. मूत्र निर्माण एवं इसके उत्सर्जन पर एक टिप्पणी लिखिए।

Write a note on urine formation and its excretion.

सत्रीय कार्य-4

(Assignment - 4)

खण्ड—इ

(Section—E)

23. पीयूष ग्रन्थि से स्रावित हॉर्मोनों की सूची बनाते हुए समझाइए कि इसे मास्टर ग्रन्थि क्यों कहा जाता है।

Enlisting the hormones secreted by pituitary gland explain that why it is called the master gland.

24. मस्तिष्क के पाँच भागों के नाम लिखिए व लघु मस्तिष्क के कार्यों को समझाइए।

With writing the name of five parts of brain, explain the function of cerebellum.

आवश्यक निर्देश :-

1. सत्रीय लेखन कार्य को घर से लिखकर उत्तरपुस्तिका दिनांक 29 फरवरी 2024 तक संबंधित अध्ययन केन्द्र में जमा करें। सत्रीय कार्य स्व-हस्तलिखित होना चाहिए। दूसरे के द्वारा लिखा गया, फोटोकापी या पुस्तक का हिस्सा चिपकाना अनुचित साधन का प्रयोग माना जायेगा।
2. छात्र सत्रीय कार्य लेखन हेतु अन्य संदर्भित पुस्तकों का भी उपयोग कर सकते हैं।
3. सत्रांत परीक्षा सत्र जुलाई–जून 2023–24 का सैद्धांतिक प्रश्न पत्र का स्वरूप सत्रीय कार्य जुलाई–जून 2023–24 जैसा ही रहेगा।
4. सत्रीय कार्य के मूल्यांकन में छात्र द्वारा किए गए अध्ययन एवं लेखन, विषय की व्याख्या तथा लेखन में मौलिकता को आधार बनाया जायेगा। इसमें अध्ययन लेखन पर अधिकतम 60 प्रतिशत (18 अंक) दिया जावेगा, विषय–वस्तु की व्याख्या के लिए अधिकतम 20 प्रतिशत (6 अंक) तथा सृजनात्मक, मौलिक–सोच प्रदर्शित होने पर अधिकतम 20 प्रतिशत (6 अंक) प्राप्त हो सकते हैं। इस प्रकार मूल 100 प्रतिशत (30 अंक) का विभाजन रहेगा।