

S.S.Jain Subodh P.G.College

Assignment

Applied Human anatomy and physiology(MAYO104)

Unit I

Q.1 Write structure and function of cell and tissue.

कोशिका और ऊतक की संरचना और कार्य लिखिए।

Q.2 Explain structure ,type and contraction of muscle.

मांसपेशियों की संरचना, प्रकार और संकुचन को समझाइये।

Unit II

Q.3 Write structure and function of Digestive system.

पाचन तंत्र की संरचना एवं कार्य लिखिए।

Q.4 Describe reproductive system of male and female with suitable diagram.

नर एवं मादा के प्रजनन तंत्र का उपयुक्त चित्र सहित वर्णन करें।

Unit III

Q.5 Describe structure and physiology of heart.

हृदय की संरचना एवं शरीर क्रिया विज्ञान का वर्णन करें।

Q.6 What is respiration ? Explain the procedure of respiration.

श्वसन क्या है? श्वसन की प्रक्रिया समझाइये।

Unit IV

Q.7 Describe the structure of brain and add note on nervous system.

मस्तिष्क की संरचना का वर्णन करें और तंत्रिका तंत्र पर टिप्पणी जोड़ें।

Q.8 Write short notes on:

इस पर संक्षिप्त नोट्स लिखें:

A.Hormones हार्मोन

B.Immune system प्रतिरक्षा प्रणाली

C.Endocrine Glands अंतःस्रावी ग्रंथियाँ

**S.S. JAIN SUBODH P.G. COLLEGE, JAIPUR  
(AUTONOMOUS)**

**ASSIGNMENT-I**

**SUBJECT - YOGA**

**Paper-I- Foundation of Yoga (MAYO101)**

**Session: 2024-25**

**Class: M.A. Pre. (SEM. I)**

Question No. 1: Explain the origin and development of Yoga?

योग के उद्भव व विकास का वर्णन?

Question No. 2: Write an essay on Hatha Yoga?

हठ योग पर निबन्ध लिखें?

Question No. 3: Explain Bhakti Yoga?

भक्ति योग का वर्णन कीजिए?

Question No. 4: What is Kriya Yoga?

क्रिया योग क्या है?

Question No. 5: Explain the contribution of Swami Vivekanand in the field of Yoga?

योग के क्षेत्र में स्वामी विवेकानन्द के योगदान का वर्णन?

Question No. 6: Discuss the obstruction elements of Yoga?

योग के बाधक तत्वों का विवेचन कीजिए?

Question No. 7: Describe the nature of Yoga according to Gita?

गीता के अनुसार योग के स्वरूप का वर्णन?

Question No. 8: What the Importance of Yoga?

योग का महत्व लिखिए?

**S.S. JAIN SUBODH P.G. COLLEGE, JAIPUR  
(AUTONOMOUS)**

**ASSIGNMENT-I**

**SUBJECT - YOGA**

**Paper-II- Yoga Therapy (MAYO102)**

**Session: 2024-25**

**Class: M.A. Pre. (SEM. I)**

Question No. 1: Write the main rules to be followed by Therapist?

एक चिकित्सक द्वारा पालन किए जाने वाले मुख्य नियमों को लिखिए?

Question No. 2: Define yoga therapy: write the benefits and principles of Yoga therapy?

योग चिकित्सा को परिभाषित कीजिए। योग चिकित्सा के लाभ एवं सिद्धान्त लिखिए?

Question No. 3: What are the main causes of High and Low blood pressure?

उच्च एवं निम्न रक्तचाप के मुख्य कारण क्या हैं?

Question No. 4: Write down the brief introduction of five elements theory?

पंचतत्व सिद्धान्त का संक्षिप्त परिचय दीजिए?

Question No. 5: Write the main Principles of Panch Kosha?

पंच कोश के मुख्य सिद्धान्त लिखिए?

Question No. 6: Write the relationship between therapist and patient?

एक चिकित्सक एवं रोगी के बीच सम्बन्ध को लिखिए?

Question No. 7: Define the concept of stress. What is your work life balance explain?

तनाव की अवधारणा को परिभाषित कीजिए। आप का कार्य सन्तुलन क्या है, लिखिए?

Question No. 8: Explain the importance of Yoga therapy for Asthama Management?

अस्थमा के प्रबन्धन के लिए योग चिकित्सा का महत्व लिखिए?

**S.S. JAIN SUBODH P.G. COLLEGE, JAIPUR  
(AUTONOMOUS)**

**ASSIGNMENT-I**

**SUBJECT - YOGA**

**Paper-III- Mental Health & Yoga-I (MAYO103)**

**Session: 2024-25**

**Class: M.A. Pre. (SEM. I)**

Question No. 1: Define mental health?

मानसिक स्वास्थ्य को परिभाषित कीजिए?

Question No. 2: Write any two advantages of meditation?

ध्यान से होने वाले कोई दो लाभ लिखिए?

Question No. 3: Write the need of yoga for physical and mental health?

शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य के लिए योग की आवश्यकता लिखिए?

Question No. 4: Write the main principles of Yoga for healthy life?

स्वस्थ जीवन के लिए योग के मुख्य सिद्धान्त लिखिए?

Question No. 5: Write the relationship between Pranayama and mental health?

प्राणायाम और मानसिक स्वास्थ्य के बीच सम्बन्ध लिखिए?

Question No. 6: Write a short note on any two:-

(a) Anulome vilom (अनुलोम विलोम)

(b) Kapaal Bhati (कपालभाति)

(c) Ujjai (उज्जायी)

Question No. 7: Explain the classification of Raj Yoga?

राजयोग का वर्गीकरण बताइये?

Question No. 8: Describe the classification of Gyan Yoga?

ज्ञानयोग के वर्गीकरण का वर्णन करें?