

Total No. of Questions : 19

Total No. of Printed Pages: 4



**808**

डिप्लोमा इन एलीमेन्ट्री एज्युकेशन (डी.एल.एड.)

(प्रथम अवसर) परीक्षा – 2020

प्रथम वर्ष (नवीन)

हिन्दी भाषा शिक्षण

Time : 3 Hours ]

[ Maximum Marks : 70

निर्देश :

- (i) सभी प्रश्न अनिवार्य हैं ।
- (ii) प्रश्न क्रमांक 1 से 3 वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न हैं । इन प्रश्नों के उत्तर अपनी उत्तर पुस्तिका के प्रथम पृष्ठ पर ही लिखिए ।
- (iii) प्रश्न क्रमांक 4 से 9 अति लघुउत्तरीय प्रकार के प्रश्न हैं । इनके उत्तर की शब्द सीमा 75 शब्द है ।
- (iv) प्रश्न क्रमांक 10 से 13 तक लघुउत्तरीय प्रकार के प्रश्न हैं । इनके उत्तर की शब्द सीमा 150 शब्द है ।
- (v) प्रश्न क्रमांक 14 दीर्घउत्तरीय प्रकार का प्रश्न है । इसके उत्तर की शब्द सीमा 180 शब्द है ।
- (vi) प्रश्न 15 से 17 अति दीर्घउत्तरीय प्रकार के प्रश्न हैं । इनके उत्तर की शब्द सीमा 200 शब्द है ।
- (vii) प्रश्न क्रमांक 18 से 19 निबंधात्मक प्रकार के प्रश्न हैं । इनके उत्तर की शब्द सीमा 250 शब्द है ।
- (viii) प्रश्न क्रमांक 10 से 19 तक सभी प्रश्नों में अथवा के रूप में विकल्प दिया गया है ।

**808** / N-408 (A) ]

1



[ P.T.O.

- 1 निम्नलिखित प्रत्येक उपप्रश्न के साथ चार संभावित उत्तर दिये गये हैं। उन में से सही उत्तर चुनकर अपनी उत्तर पुस्तिका के प्रथम पृष्ठ पर लिखिए :  $1 \times 5 = 5$
- (I) 'ध्वन्यात्मक शब्दों द्वारा विचारों का प्रगटीकरण ही भाषा है' यह परिभाषा दी है -  
(अ) डॉ. भोलानाथ तिवारी ने (ब) रायबर्न ने  
(स) स्वीट ने (द) वॉन हम्बोल्ट ने
- (II) श्रवणीय सामग्री सुनाकर उसका अर्थ ग्रहण कराना, संबंधित है -  
(अ) लेखन कौशल (ब) सुनना कौशल  
(स) बोलना कौशल (द) पठन कौशल
- (III) मौन वाचन से आशय है -  
(अ) धीमे-धीमे पढ़ना (ब) सस्वर पढ़ना  
(स) बिना बोले पढ़ना (द) आदर्श उच्चारण वाचन
- (IV) पाठ योजना के अंतर्गत प्रस्तावना के प्रश्नों का स्वरूप  
(अ) सरल से कठिन की ओर हो (ब) पूर्ण ज्ञान पर आधारित हो  
(स) जिज्ञासा उत्पादक हो (द) उपर्युक्त सभी
- (V) व्याकरण शिक्षण की किस प्रणाली में छात्रों को पहले नियम बता दिये जाते हैं ?  
(अ) निगमन प्रणाली (ब) आगमन प्रणाली  
(स) (अ) व (ब) दोनों (द) दोनों में से कोई नहीं

- 2 निम्नलिखित रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए :  $1 \times 5 = 5$
- (I) भाषा शब्द की उत्पत्ति संस्कृत के \_\_\_\_\_ धातु से हुई है ।  
(II) अपने भावों एवं विचारों को शुद्ध व सार्थक शब्दों में प्रकट करना \_\_\_\_\_ कहलाता है ।  
(III) समझने की क्षमता का मूल्यांकन पढ़ने के \_\_\_\_\_ आता है ।  
(IV) रामचरितमानस, कामायनी, साकेत प्रमुख \_\_\_\_\_ है ।  
(V) \_\_\_\_\_ के अनुसार भाषा की विशेष प्रकार की रचना का वर्णन व्याकरण है ।



- 3 निम्नलिखित प्रश्नों का उत्तर एक वाक्य में दीजिए : 1×5=5
- (I) हिन्दी के वर्ण कौन-सी लिपि में लिखे जा सकते हैं ?
- (II) छात्र अपने अनुभवों को सुनाता है - इसमें कौन-सा कौशल निहित है ?
- (III) ध्वनि-साम्य विधि का एक उदाहरण दीजिए ।
- (IV) भाषा शिक्षण में दैनिक पाठ योजना को किस नाम से जाना जाता है ?
- (V) 'व्याकरण शब्दानुशासन है' यह वक्तव्य किसका है ?
- 4 प्रादेशिक भाषा किसे कहते हैं ? 2
- 5 संवाद या वार्तालाप से क्या आशय है ? 2
- 6 वाचन मुद्रा से आप क्या समझते हैं ? 2
- 7 गद्य शिक्षण के कोई दो उद्देश्य लिखिए । 2
- 8 उच्च प्राथमिक स्तर पर व्याकरण शिक्षण के सामान्य उद्देश्य बताइए । 2
- 9 आकलन का क्या अर्थ है ? 2
- 10 हिन्दी को राष्ट्रभाषा के रूप में स्पष्ट करने के लिए अपने विचार लिखिए । 3
- अथवा
- हिन्दी भाषा का साहित्यिक महत्व बताइए । <http://www.mpboardonline.com>
- 11 कक्षा-कक्ष वार्तालाप के आयोजन में क्या सावधानियाँ रखनी चाहिए ? 3
- अथवा
- हिन्दी भाषा के अंतर्गत भाषायी कौशलों का परिचय दीजिए । 3
- 12 भाषा शिक्षण में सुलेख का महत्व लिखिए । 3
- अथवा
- पढ़ते समय कौन-कौन सी बातों का ध्यान रखा जाना चाहिए ? संक्षिप्त वर्णन कीजिए । 3
- 13 पद्य शिक्षण के प्रमुख उद्देश्य लिखिए । 3
- अथवा
- भाषा की कक्षाओं की मासिक योजना को स्पष्ट कीजिए ।



- 14 बोलने के कौशल से क्या आशय है ? हिन्दी भाषा की कक्षा में बोलने के कौशल के विकास की गतिविधियों का वर्णन कीजिए । 4

अथवा

कविता शिक्षण का क्या महत्व है ? कविता द्वारा छात्रों में आप भाषा के प्रति रुचि किस प्रकार उत्पन्न करेंगे ?

- 15 राजभाषा के अंतर्गत हिन्दी भाषा को माध्यम / सम्पर्क भाषा के रूप में समझाइए । 5

अथवा

हिन्दी भाषा के मानक स्वरूप पर अपने विचार व्यक्त कीजिए ।

- 16 बच्चों को पढ़ने की क्षमता का विकास करने के लिए पठन के विभिन्न रूपों के उपयोग को समझाइए । 5

अथवा

भाषा शिक्षण में लेखन कौशल के महत्व को संक्षिप्त में समझाइए ।

- 17 गद्य एवं पद्य शिक्षण में मुख्य अन्तर क्या है ? लिखिए । 5

अथवा

वार्षिक योजना क्या होती है ? इसके निर्माण के चरण बताइए ।

- 18 उच्च प्राथमिक कक्षाओं के लिए व्याकरण के पाठ्यक्रम के स्वरूप को किस प्रकार निर्धारित किया गया है ? स्पष्ट कीजिए । 6

अथवा

व्याकरण शिक्षण के कौन-कौन से पाठरूप होते हैं ? विस्तृत वर्णन कीजिए ।

- 19 मूल्यांकन का अर्थ बताइए । मूल्यांकन के विभिन्न प्रकारों का उल्लेख कीजिए । 6

अथवा

योगात्मक मूल्यांकन से क्या आशय है ? इसमें कौन-कौन सी विशेषताएँ निहित होती हैं ? स्पष्ट कीजिए ।



Roll No. ....

Serial Number

Total No. of Questions : 20

Total No. of Printed Pages: 8

**813**

डिप्लोमा इन एलीमेन्ट्री एज्युकेशन (डी.एल.एड.)

(प्रथम अवसर) परीक्षा - 2020

प्रथम वर्ष (नवीन)

गणित शिक्षण

**Mathematics Education**

(Hindi & English Versions)

Time : 3 Hours ]

[ Maximum Marks : 70

निर्देश :

- (1) सभी प्रश्न हल कीजिए ।
- (2) प्रश्न क्रमांक 1 से 3 वस्तुनिष्ठ हैं, इनके उत्तर अपनी उत्तर पुस्तिका के प्रथम पृष्ठ पर ही लिखिए ।
- (3) प्रश्न क्रमांक 4 से 9 तक अतिलघु उत्तरीय प्रश्न हैं । (शब्द सीमा 30)
- (4) प्रश्न क्रमांक 10 से 13 लघु उत्तरीय प्रश्न हैं । (शब्द सीमा - 75)
- (5) प्रश्न क्रमांक 14 से 17 दीर्घ उत्तरीय प्रश्न हैं । (शब्द सीमा - 120)
- (6) प्रश्न क्रमांक 18 से 20 निबंधात्मक प्रश्न हैं । (शब्द सीमा - 150)
- (7) प्रश्न क्रमांक 10 से 20 तक, प्रत्येक में आंतरिक विकल्प दिए गए हैं ।
- (8) सभी प्रश्नों के सम्मुख उनके अंक अंकित हैं।

**813** / N-410 ]

1



[ P.T.O.

**Instructions :**

- (1) Attempt all questions.
- (2) Question Nos. 1 to 3 are objective type, write answers of these questions on the first page of your answer book.
- (3) Question Nos. 4 to 9 are very short answer type. (Word limit - 30)
- (4) Question Nos. 10 to 13 are short answer type. (Word limit - 75)
- (5) Question Nos. 14 to 17 are long answer type. (Word limit - 120)
- (6) Question Nos. 18 to 20 are essay type. (Word limit - 150)
- (7) Internal choice is given in each question from Question Nos. 10 to 20.
- (8) Marks have been given against each question.

**1** सही विकल्प चुनिए :

5

Choose the correct option :

(i) गणित की प्रकृति है -

- |             |                 |
|-------------|-----------------|
| (अ) मौलिकता | (ब) निश्चितता   |
| (स) शुद्धता | (द) उपरोक्त सभी |

Nature of Mathematics is -

- |                 |                  |
|-----------------|------------------|
| (A) Originality | (B) Definiteness |
| (C) Accuracy    | (D) All of these |

(ii)  $\frac{3}{4}$  की तुल्य भिन्न है -

- |                    |                    |
|--------------------|--------------------|
| (अ) $\frac{9}{16}$ | (ब) $\frac{9}{12}$ |
| (स) $\frac{6}{4}$  | (द) $\frac{4}{3}$  |

Equivalent fraction of  $\frac{3}{4}$  is -

- |                    |                    |
|--------------------|--------------------|
| (A) $\frac{9}{16}$ | (B) $\frac{9}{12}$ |
| (C) $\frac{6}{4}$  | (D) $\frac{4}{3}$  |



(iii) त्रि-विमीय आकृति का उदाहरण है -

- (अ) आयत (ब) वर्ग  
(स) घन (द) त्रिभुज

An example of 3D - figure is -

- (A) Rectangle (B) Square  
(C) Cube (D) Triangle

(iv) गणित के पाठ्यक्रम निर्माण का सिद्धांत है -

- (अ) बालकेंद्रित (ब) क्रियाप्रधान  
(स) मनोवैज्ञानिक एवं तार्किक (द) उपरोक्त सभी

Principle of syllabus construction in Mathematics is -

- (A) Child centered (B) Action oriented  
(C) Psychological and Logical (D) All of these

(v) "मापन वस्तुओं या घटनाओं की तर्कपूर्ण ढंग से संख्या प्रदान करने की क्रिया है।" यह कथन किसका है ?

- (अ) गिलफोर्ड (ब) स्टीवेन्स  
(स) थॉर्नडाइक (द) रॉस

Measurement is defined as assigning numbers to objects of events according to logical accepted rules". Who's statement is this ?

- (A) Guilford (B) Stevens  
(C) Thorndike (D) Ross



2 रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए :

Fill in the blanks :

(i) गणित सार संग्रह की रचना \_\_\_\_\_ ने की है ।

Ganit Sar Sangrah is constructed by \_\_\_\_\_

(ii) \_\_\_\_\_ विधि में विद्यार्थी विभिन्न तथ्यों और उदाहरणों द्वारा सामान्य नियम प्राप्त करते हैं ।

In \_\_\_\_\_ method student gets general rule through some facts and examples.

(iii) एक बिंदु से होकर \_\_\_\_\_ रेखाएँ खींची जा सकती है ।

\_\_\_\_\_ lines can be drawn from a point.

(iv) \_\_\_\_\_ के अनुसार "मूल्यांकन एक ऐसी प्रक्रिया है जिससे सही ढंग से किसी वस्तु का मापन किया जा सकता है ।"

According to \_\_\_\_\_ "Evaluation is a process of ascertaining or judging the value or amount of some thing by careful appraisal".

(v) डगलस के अनुसार "शिक्षक और \_\_\_\_\_ विद्यालय का निर्माण करते है ।"

According to Douglas "The teacher and the \_\_\_\_\_ make the school."

3 एक वाक्य में उत्तर लिखिए :

Write answer in one sentence :

(i) अधिगम क्या है ?

What is learning ?

(ii) 230.005 में 5 का स्थानीय मान कितना है ? **Thousandths**

What is the place value of 5 in 230.005 ?

(iii) इकाई योजना के कोई दो सिद्धान्तों के नाम लिखिए ।

Write the name of any two principles of unit plan.

(iv) गणित की पाठ्यपुस्तक की कोई एक विशेषता लिखिए ।

Write any one characteristic of Mathematics text book.

(v) सतत मूल्यांकन का क्या अर्थ है ?

What is the meaning of continuous evaluation ?





- 4 गणित के कोई चार प्रतीक व उनके अर्थ लिखिए । 2  
Write any four symbols of Mathematics and their meaning.

- 5 गणित शिक्षण के कोई दो सिद्धान्त लिखिए । 2  
Write any two principles of Mathematics teaching.

- 6 सामान्यीकरण का गणित में कोई एक उदाहरण दीजिए । 2  
Write any one example of generalization in Mathematics.

- 7 निम्नलिखित संक्रिया हेतु इबारती प्रश्न की रचना कीजिए : 2

$$8 \div \frac{1}{4}$$

Construct a word problem for the following operation :

$$8 \div \frac{1}{4}$$

- 8 स्थानीय मान की समझ विकसित करने में उपयोगी किन्हीं दो शिक्षण अधिगम सामग्री का नाम लिखिए । 2

Write the name of any two teaching learning material which is useful to establish the place value concept. http://www.mpboardonline.com

- 9 मूल्यांकन प्रक्रिया के 3 महत्वपूर्ण बिन्दु क्या हैं ? 2  
What are the 3 important points of evaluation process ?



- 10 शिक्षक, किसी विद्यार्थी के कक्षास्तर अनुसार गणित अधिगम को कैसे सुनिश्चित करते हैं ? 3  
How does teacher ensure Mathematics learning of student according to class level ?

अथवा / OR

गणित शिक्षण की निगमन विधि को उदाहरण सहित समझाइये ।

Explain Deductive method of Mathematics teaching with example.

- 11 प्राथमिक स्तर पर जोड़ने की संक्रिया में विद्यार्थियों द्वारा की जाने वाली किसी एक त्रुटि को उदाहरण सहित लिखिए । 3

Write any one error with example that students make in addition at primary level.

अथवा / OR

गणित सीखने की प्रक्रिया में सीखने वाले की क्या भूमिका है ?

What is the role of learner in the process of learning Mathematics.

- 12 सीखने के संकेतक से क्या अभिप्राय है ? 3  
What is the meaning of learning indicator ?

अथवा / OR

गणित में अभ्यास कार्य का क्या महत्व है ?

What is the importance of exercise in Mathematics ?

- 13 एक सुविधादाता के रूप में शिक्षक की भूमिका पर प्रकाश डालिए । 3  
Throw some light on role of a teacher as a facilitator.

अथवा / OR

गणित शिक्षण में पाठ योजना की क्या उपयोगिता है ?

What is the utility of lesson plan in Mathematics teaching ?



- 14 दैनिक जीवन में गणित के महत्व पर प्रकाश डालिए । 4  
Throw some light on importance of Mathematics in daily life.

अथवा / OR

बच्चों में गणितीकरण की क्षमता विकसित करने में उपयोगी किन्हीं चार ससाधनों का संक्षिप्त वर्णन कीजिए ।

Describe briefly any four resources which are useful for development of Mathematization ability in children.

- 15 भाग की अवधारणा विकसित करने हेतु एक गतिविधि लिखिए । 4  
Write any one activity to establish the concept of division.

अथवा / OR

तुल्य भिन्न की अवधारणा विकसित करने हेतु एक गतिविधि लिखिए ।

Write any one activity to establish the concept of equivalent fraction.

- 16 त्रि-विमीय आकृतियाँ क्या होती हैं ? उदाहरण सहित समझाइये । 4  
What are three dimensional figures ? Explain with example.

अथवा / OR

सममित आकृतियाँ क्या होती हैं ? चित्र बनाकर उदाहरण सहित समझाइये ।

What are symmetrical figures ? Draw figure and explain it with example.

- 17 पैटर्न से क्या अभिप्राय है ? पैटर्न के प्रकारों को उदाहरण सहित लिखिए । 4  
What is the meaning of pattern ? Write the types of pattern with example.

अथवा / OR

आकृतियों के गुणधर्म को समझने में टैंग्राम की क्या उपयोगिता है ?

What is the utility of tangram to understand the characteristics of figures ?



- 18 आगमन विधि के पदों का वर्णन उदाहरण सहित कीजिए । 5  
Write the steps of Inductive method with example.  
अथवा / OR

आगमन एवं निगमन विधि के पाँच अंतर लिखिए ।  
Write five differences between Inductive and Deductive method.

- 19 गणित की पाठ्यपुस्तक के विकास के लिए मार्गदर्शी सिद्धान्त क्या हैं ? समझाइये । 5  
What are guiding principles for development of Mathematics text book ?  
Explain.

अथवा / OR

गणित पाठ्यचर्या के प्रभावी अंतरण के लिए उपयोगी किन्हीं पाँच अधिगम स्रोतों का वर्णन कीजिए ।  
Describe any five learning resources which are useful for effective transaction  
of Mathematics.

- 20 संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए :

- (i) अधिगम का आकलन  
(ii) अधिगम के लिए आकलन

Write short note on :

- (i) Assessment of learning  
(ii) Assessment for learning.

अथवा / OR

रचनात्मक आकलन एवं योगात्मक आकलन को समझाइये ।  
Explain Formative and Summative assessment.

Roll No. ....

Serial Number

Total No. of Questions : 19

Total No. of Printed Pages: 4



**812**

डिप्लोमा इन एलीमेन्ट्री एज्युकेशन (डी.एल.एड.)

(प्रथम अवसर) परीक्षा – 2020

प्रथम वर्ष (नवीन)

**Pedagogy of English**

(English Version)

Time : 3 Hours ]

[ Maximum Marks : 70

**Instructions :**

- (1) All questions are **compulsory**.
- (2) Q. No. 1 to 3 are objective type questions, should be attempted on the first page of your answer sheet.
- (3) Q. No. 4 to 9 are very short answer type questions. Word limit for answer is about **30** words.
- (4) Q. No. 10 is short answer type question. Word limit for answer is about **75** words.
- (5) Q. No. 11 to 16 are long answer type questions. Word limit for answer is about **120** words.
- (6) Q. No. 17 and 18 are essay type questions. Word limit for answer is about **150** words.
- (7) Q. No. 19 is essay type question. Word limit for answer is about **180** words.
- (8) Marks are allotted against each question.
- (9) Internal options are given from Q. No. 10 to 19.

**812** / N-409 ]

1



[ P.T.O.

- 1 Choose the correct option from the following four options in each objective type question : 1×5=5
- (i) What is the main challenge of learning English in India ?  
(a) Lack of confidence  
(b) Lack of proper vocabulary  
(c) Excessive use of mother tongue  
(d) , All of the above
- (ii) Which of the following is related with graphic aspect of English ?  
(a) Reading (b) **Writing**  
(c) Speaking (d) Listening
- (iii) Method of teaching English is based on  
(a) Some approach (b) **Grammar**  
(c) Vocabulary (d) None of the above
- (iv) "Syntactical" characteristic of words means -  
(a) Meaning (b) **Word order**  
(c) Forms of words (d) Reading style
- (v) Anecdotal record is maintained for  
(a) **Academic achievement** (b) Recreation  
(c) Details of special event (d) Games

- 2 Fill in the blank by choosing the appropriate alternative from the given options : 1×5=5
- (i) The main \_\_\_\_\_ aims at making the students capable of easy adjustment with globalized world.  
(Administrative purpose / Social purpose / Technical purpose)
- (ii) Listening is a \_\_\_\_\_ skill. (Productive / Reciprocal / **Receptive**)
- (iii) \_\_\_\_\_ reading means a minute and detailed study of the prescribed prose text.  
(Intensive / Extensive / Skimming)
- (iv) Any new concept should be introduced in the class on the basis of \_\_\_\_\_.  
(Text-book / Activity / **Previous knowledge**)
- (v) \_\_\_\_\_ evaluation provides the information on improving a product or process.  
(Summative / Formative / Peer)



- 3 Answer the following questions in a single sentence : 1×5=5
- (i) In which context students learn English in India ?
  - (ii) What is flash-cards ?
  - (iii) What do you mean by a language lab ?
  - (iv) In constructivism 5E's stand for ?
  - (v) What is diagnostic evaluation ?

4 What is semantic aspect of English language ? 2

5 What is the difference between method and approach ? 2

6 Explain in brief why story telling is important in English teaching. 2

7 Write any four advantages of language games. 2

8 Write names of different types of grammar. 2

9 What are the main types of objective questions ? 2

10 What is the philosophy behind Bilingual method of English language teaching ? 3  
http://www.mpboardonline.com

**OR**

Describe in brief direct method of english teaching.

11 What is the difference between language acquisition V/s language learning ? 4

**OR**

What are the major challenges of learning English in India ? Describe in brief.

12 Describe situational approach of English teaching. 4

**OR**

Describe compound substitution table by giving an example used in substitution table method of teaching English.



13 What is "silent reading" and write its aims ? 4

OR

What is reading ? Write main aims of teaching reading.

14 What are the main causes of incorrect speech habit of English ? 4

OR

What is the role of talk in classroom in improving spoken English ?

15 What is computer assisted language learning ? 4

OR

What are the main criteria of selection of good text books ?

16 Describe in brief integration of ICT into classroom teaching of English. 4

OR

How can reading skill of English be improved by the use of newspaper in the classroom ?

17 Describe in brief translation cum grammar method of teaching English. 5

OR

Write the types of structures of structural approach of teaching English.

18 Write name of any 4 audio-visual aids we can use in teaching English. 5

Also write their advantages of use.

OR

What are 5E's of teaching and learning model ?

19 What are the main competencies of language that should be assessed by a teacher through CCE ? 6

OR

Explain different types of tools of evaluation, in short.



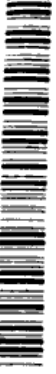


Roll No. ....

Serial Number

Total No. of Questions : 8

Total No. of Printed Pages: 4



**807**

डिप्लोमा इन एलीमेन्ट्री एज्युकेशन (डी.एल.एड.)

(प्रथम अवसर) परीक्षा – 2020

प्रथम वर्ष (नवीन)

**योग शिक्षा**

**Yoga Education**

(Hindi & English Versions)

Time : 3 Hours |

[ Maximum Marks : 25

निर्देश :

- (i) सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।
- (ii) प्रश्न क्रमांक 1 वस्तुनिष्ठ प्रश्न है।
- (iii) प्रश्न क्रमांक 2 से 5 तक अतिलघु उत्तरीय प्रश्न हैं। (शब्द सीमा 30 शब्द)
- (iv) प्रश्न क्रमांक 6 से 8 तक दीर्घ उत्तरीय प्रश्न हैं। (शब्द सीमा 120 शब्द)
- (v) प्रश्न क्रमांक 6 से 8 में आंतरिक विकल्प दिया गया है।

**Instructions :**

- (i) All questions are **compulsory**.
- (ii) Question No. 1 is objective type question.
- (iii) Question No. 2 to 5 are short answer type questions. (Words limit are **30**)
- (iv) Question No. 6 to 8 are long answer type questions. (Words limit are **120**)
- (v) Question No. 6 to 8 are given internal options.

**807** / N-407 ]

1



| P.T.O.

- 1 (i) योग का उद्देश्य है 1  
Purpose of Yoga -  
(i) शारीरिक विकास  
Physical development  
(ii) मानसिक विकास  
Mental development  
(iii) दुःखों का उन्मूलन  
Eradication of suffering  
(iv) उपरोक्त सभी  
All of these
- (ii) विश्व योग दिवस मनाया जाता है - 1  
World Yoga day is celebrated on the -  
(i) 20 जून  
20 June  
(ii) 21 जून  
21 June  
(iii) 22 जून  
22 June  
(iv) 23 जून  
23 June
- (iii) गीता के किस अध्याय में ध्यान की पद्धति का वर्णन है ? 1  
Which chapter of Gita describes Meditation method ?  
(i) चौथे अध्याय में  
Fourth chapter  
(ii) पाँचवें अध्याय में  
Fifth chapter  
(iii) छठवें अध्याय में  
Sixth chapter  
(iv) सातवें अध्याय में  
Seventh chapter



(iv) योग का प्रभाव पड़ता है

Yoga has an effect

1

(i) रक्त संचार पर

On Blood Circulation

(ii) त्वचा पर

On the skin

(iii) श्वसन तंत्र पर

On respiratory system

(iv) उपरोक्त सभी पर

All of these

(v) शरीर की रचना एवं उसके विभिन्न अंगों के संबंधों का अध्ययन किया जाता है - 1

The composition of the body and the relationship of its various organs are studied - <http://www.mpboardonline.com>

(i) शरीर रचना विज्ञान में

Anatomy

(ii) शरीर क्रिया विज्ञान में

Physiology

(iii) (i) एवं (ii) दोनों में

Both (i) and (ii)

(iv) दोनों में से कोई नहीं

Not either

2 पीठ के बल लेटकर किये जाने वाले आसन के नाम लिखिये। (कोई चार) 2

Write any four names of Yogasan based on Back Laying.

3 योग के कोई चार उद्देश्य लिखिए। 2

Write any four aims of Yoga.



- 4 ध्यान के प्रकार लिखिये कोई चार। 2  
Write types of Meditation any four.
- 5 चिन्ता क्या होती है ? 2  
What is Anxiety ?
- 6 धारणा का क्या अर्थ है ? 4  
What is meaning of Meditation ?
- अथवा / OR
- अष्टांग योग क्या है ? समझाइये।  
What is Astanga Yoga ? Explain.
- 7 प्रेक्षा ध्यान के कोई चार लाभ लिखिये। 4  
Write any four advantages of Preksha Dhyana.
- अथवा / OR
- विपश्यना ध्यान के कोई चार सिद्धांत लिखिये।  
Write any four aims of Vipashyana Dhyana.
- 8 समस्थिति एवं दबाव क्या है ? वर्णन कीजिए। 4  
What is Homeostasis and Stress ? Described.
- अथवा / OR
- योग के रक्त प्रवाह पर प्रभावों का वर्णन कीजिए।  
Describe the effects of Yoga on stroke volume.

