

टिळक महाराष्ट्र विद्यापीठ, पुणे
विशारद (बी.ए.) योग
प्रथम वर्ष (द्वितीय सत्र)
योग तत्वज्ञान

गृहपाठाचे प्रश्न - २०१५-२०१६

प्र. १. योग्य पर्याय निवडून गाळलेल्या जागा भरा.

गुण १०

०१. या अवस्थेत योगाभ्यासाला प्रारंभ करणे हा मध्यम पक्ष होय.

अ) वर्धते ब) अपक्षीयते क) विपरिणमते ड) जायते

०२. विवेकसिंधू हा ग्रंथ यांनी लिहिला.

अ) ज्ञानेश्वर ब) पतंजली क) व्यास ड) मुकुंदराज

०३. सात्विक अहंकारात ही शक्ती वास करून असते.

अ) ज्ञान ब) क्रिया क) योग ड) द्रव्य

०४. जलात हा विशेष गुण आहे.

इ) रूप ब) गंध क) रस ड) शब्द

०५. षडांग योग याला म्हणतात.

अ) भक्ति योग ब) ज्ञानयोग क) राजयोग ड) हठयोग

०६. ज्याच्या योगाने माया अधिष्ठित झालेली असते ते ब्रम्ह होय.

अ) मायोपाधिक ब्रम्ह ब) सगुण ब्रम्ह क) निर्गुण ब्रम्ह ड) केवल ब्रम्ह

०७. विवेकसिंधु हा ग्रंथ मुकुंदराजांनी या दोन भागात लिहिला आहे.

अ) पूर्वपक्ष-उत्तरपक्ष. ब) पूर्वार्ध - उत्तरार्ध क) खंडन-मंडन ड) भेद - अभेद

०८. सूर्योदयापूर्वीच्या प्रहराला असे शास्त्रग्रंथातून संबोधिले आहे.

अ) ब्राम्हमुहूर्त ब) माध्यान्ह क) उषःकाल ड) संधिकाल

०९. मुकुंदराजांनी विवेकसिंधु ग्रंथासाठी हा प्रतिपाद्य विषय निवडला.

अ) मोक्ष सिध्दांत ब) अद्वैत सिध्दांत क) मायावाद ड) पुनर्जन्म सिध्दांत

१०. मायेद्वारा उत्पन्न झालेले पहिले तत्व हे होय.

अ) महत ब) त्रिगुण क) पंचमहाभूते ड) पंचतन्मात्रा.

कृ.मा.प.

प्र. २. टीपा लिहा (कोणत्याही दोन)

गुण १०

१. अहंकारापासून निर्माण होणारी पंधरा तत्वे.
२. विवेकसिंधू ग्रंथाचा विषय व मांडणी
३. योगाभ्यासासाठी योग्य स्थान.
४. प्रकृती व पुरुष यांचे स्वरूप.

प्र. ३. सविस्तर उत्तरे लिहा (कोणतीही दोन)

गुण २०

१. तत्वांचा परस्परांमध्ये प्रवेश कसा होतो हे विवेकसिंधु ग्रंथाच्या आधारे विशद करा.
२. वयाच्या कोणत्या अवस्थेत आणि नित्याच्या दिनक्रमात कोणत्यावेळी योगाभ्यासाला प्रारंभ करावा याचे विवेचन करा.
३. मायेच कर्तृत्व पुढील मुद्यांच्या आधारे स्पष्ट करा.
अ) त्रिविध अहंकार ब) पंचमहाभूतांची निर्मिती क) पंचमहाभूतांचे विषय ड) त्रिपुटीची निर्मिती

प्र. ४. योगाभ्यास का करावा हे सांगून योगाभ्यासाचा अधिकारी कोण ते सविस्तर सांगा..

टिळक महाराष्ट्र विद्यापीठ, पुणे
दूरशिक्षण विभाग
प्रथम वर्ष - द्वितीय सत्र
शरीरशास्त्र
गृहपाठाचे प्रश्न - २०१५ - १६

प्र. १ योग्य पर्याय निवडून गाळलेल्या जागा भरा.

गुण १०

०१. लहानपणी हाडे असतात.
अ. अलवचिक ब. लवचिक क. ठिसूळ ड. सच्छिद्र
०२. मनगटात हाडे असतात.
अ. चौदा ब. आठ क. बारा ड. सात
०३. स्नायू आकुंचनाच्या क्रियेस आयन्स आवश्यक असतात.
अ. मॅग्नेशियम ब. हैड्रोजन क. कॅल्शियम ड. पोटॅशियम
०४. मांडीच्या वरच्या (Anterior) बाजूला स्नायू आहेत.
अ. कार्डीसेप्स ब. काफ क. हॅमस्ट्रिंग ड. पॅरास्पायनल
०६. स्नायूपेशीच्या आवरणाला म्हणतात.
अ. सायटोस्केलेटन ब. सेंट्रोसोम क. साकोलेमा ड. साकोमिअर
०७. कमरेत मणके आहेत.
अ. पाच ब. बारा क. सात ड. आठ
०८. तंगडीच्या पुढील (Anterior) बाजूस मसल आहे.
अ. टिबियालिस अँटिरिअर ब. गॅस्टोनेमियस क. पॅरोनिअस ड. सेलिअस
०९. टाचेच्या हाडाला म्हणतात.
अ. टॅलस ब. टार्सल्स क. कॅल्कॅनिअस ड. अँटलास.
१०. सायनोव्हिअल सांध्यात फ्लुईड असते.
अ. पेशीबाह्य ब. सायनोव्हिअल क. प्लाझमा ड. सीरम

कृ. मा. प.

.. २ ..

प्र. २. टीपा लिहा (कोणत्याही दोन)

गुण १०

१. कवटी २. बिजागिरीचा सांधा ३. कटीबंध ४. हॅवशिअन सिस्टीमे

प्र. ३. सविस्तर उत्तरे लिहा (कोणतीही दोन)

गुण २०

१. छातीच्या पिंज-याची रचना व कार्य लिहा.

२. अस्थिय स्नायूत आकुंचन कसे घडून येते ? स्नायूंचे प्रकार लिहा.

३. चल सांध्याचे प्रकार लिहा.

४. सर्वसाधारण मणक्याची रचना लिहा व पाठीच्या कण्याच्या वक्रतेची माहिती लिहा.