

M.A. (Part-I) (Yogashastra) (Semester—II) Examination

YOGA METHODOLOGY

Paper—I

Time : Three hours]

[Maximum Marks : 80

Note :—(1) Solve **ALL** questions.

(2) First question is compulsory.

1. (i) Select the important factor for teaching a yoga practical class in a school : 2
(a) Infrastructure (b) Dress
(c) Empty stomach (d) Teacher's presence
- (ii) Lesson planning is important for : 2
(a) Teacher's clarity (b) Aims and objective
(c) Effective teaching (d) Better communication
- (iii) Which is the best method for teaching Yamas and Niyamas in school of primary class ? 2
(a) Story method (b) Lecture method
(c) Audio-visual cartoon method (d) Demonstration method
- (iv) Which is the best method for teaching a pranayama ? 2
(a) Lecture method (b) Demonstration method
(c) Project method (d) Lecture cum Demonstration method
- (v) Name the best tool of evaluation : 2
(a) Examination (b) Assignment
(c) Project (d) Digitalized method
- (vi) Micro-teaching is beneficial in a class of following no. of students : 2
(a) 2–8 Nos. (b) 50–100 Nos.
(c) 30–40 Nos. (d) 250–300 Nos.
- (vii) What is the purpose of observation lessons ? 2
(a) Critical evaluation (b) Improving self lesson planning
(c) Learning from mistakes (d) Improving teaching
- (viii) Knowledge lessons are aimed at : 2
(a) Teaching theory classes (b) Theoretical aspect of practicals
(c) Mental preparation (d) Practical efficiency

2. Define Lesson-Planning. Enumerate its importance briefly. Discuss the factors affecting preparation of a lesson plan.

OR

Enumerate different formats of lesson plans planning and observation. Discuss the best format of lesson plan planning and observation briefly. 16

3. Enumerate the traditional and modern methods of yoga teaching and discuss their comparative aspects.

OR

Discuss the merits and demerits of Home work Assignment method and Project method. 16

4. Describe the meaning need, definition and classification of teaching aids. What are the precautions for their use ?

OR

Compare and contrast the aims and objectives, nature, utility and methodology of “Team teaching” and “Microteaching”. 16

5. Discuss the aims and objectives, utility, nature and methodology of skill lesson and knowledge lessons and compare them.

OR

Give an outline of a knowledge lesson plan on BHASTRIKA PRANAYAMA OR NAULI to 9th class student. 16

M.A. (Part-I) (Yogashastra) (Semester—II) Examination

YOGA METHODOLOGY

Paper—I

Time : Three hours]

[Maximum Marks : 80

(मराठी माध्यम)

सूचना :—(1) सर्व प्रश्न सोडविणे आहे.

(2) प्रथम प्रश्ना अनिवार्य आहे.

1. खालीलपैकी योग्य पर्याय निवडा :—

- (i) शाळेत योग प्रात्यक्षिक वर्ग घेण्याकरीता महत्वपूर्ण घटक निवडा. 2
(अ) पायाभूत सुविधा (ब) ड्रेस
(क) खाली पोट (ड) शिक्षकाची उपस्थिती
- (ii) पाठ्योजना ही _____ च्या करिता महत्वपूर्ण आहे. 2
(अ) शिक्षकाची स्पष्टता (ब) ध्येय आणि उद्दीष्टे
(क) परिणामकारक शिक्षण (ड) चांगले संवाद
- (iii) यम आणि नियम शाळेतील प्राथमिक वर्गांमध्ये शिकविण्याकरीता कोणती सर्वोत्तम पद्धती आहे ? 2
(अ) कथा कथन पद्धती (ब) व्याख्यान पद्धती
(क) दृक् श्राव्य व्यंगचित्र पद्धती (ड) प्रदर्शन पद्धती
- (iv) प्राणायाम शिकविण्याकरीता कोणती सर्वोत्तम पद्धती आहे ? 2
(अ) व्याख्यान पद्धती (ब) प्रदर्शन पद्धती
(क) प्रकल्प पद्धती (ड) प्रदर्शनासह व्याख्यान पद्धती
- (v) मूल्यामापनाच्या सर्वोत्तम साधनाचे नाव आहे. 2
(अ) परीक्षा (ब) नेमून दिलेली कामगिरी
(क) प्रकल्प (ड) डिजिटलाईड पद्धती
- (vi) खाली दिलेल्या वर्गातील विद्यार्थी संख्येकरीता मायक्रो (सूक्ष्म) टीचींग फायदेशीर आहे. 2
(अ) 2-8 विद्यार्थी (ब) 50 ते 100 विद्यार्थी
(क) 30 ते 40 विद्यार्थी (ड) 250 ते 300 विद्यार्थी
- (vii) निरीक्षण पाठाचा उद्देश्य काय आहे ? 2
(अ) निर्णायक (टिकाकुशल) मूल्यामापन (ब) सुधारणारत स्व पाठ्योजना
(क) चुकोपासून शिक्षण (ड) सुधारणारत शिक्षण
- (viii) ज्ञान पाठाचे उद्देश्य आहे — 2
(अ) तात्विक वर्ग शिक्षण (ब) प्रात्याक्षिकांची तात्विक (बाजू) पैलू
(क) माणसिक तयारी (ड) प्रत्याक्षिक कार्यक्षमता

2. पाठ योजनेची व्याख्या करा. थोडक्यात त्याचे महत्त्व सांगा. पाठ योजनेच्या तयारीस बाधक घटकांविषयी चर्चा करा.

किंवा

पाठ योजनेच्या नियोजन आणि निरीक्षणाचे विविध स्वरूप सांगा. पाठयोजनेच्या नियोजन आणि निरीक्षणाचे सर्वोत्तम स्वरूपांची थोडक्यात चर्चा करा. 16

3. योग शिक्षणाच्या पारंपारिक व आधुनिक पद्धती सांगा आणि त्यांच्या तुलनात्मक पैलूंची चर्चा करा.

किंवा

गृहपाठ असाईनमेन्ट पद्धती आणि प्रकलन पद्धती च्या गुणदोषांची चर्चा करा. 16

4. अध्यापन पुरक साहित्याचा अर्थ, आवश्यकता, व्याख्या आणि वर्गीकरणाचे वर्णन करा. त्यांचा उपयोग करताना काय सावधगिरी बाळगावयास हवी ?

किंवा

'समूह शिक्षण' आणि 'मायक्रो शिक्षण' को ध्येय आणि उद्दीष्टे, स्वरूप, उपयुक्तता आणि कार्यपद्धतीची तुलना आणि तक्रावत लिहा. 16

5. कौशल्य पाठ आणि ज्ञान पाठाची ध्येय आणि उद्दीष्टे, उपयुक्तता, स्वरूप आणि कार्यपद्धतीची चर्चा करा आणि कौशल्य पाठ आणि ज्ञान पाठाची तुलना करा.

किंवा

भस्त्रिका प्राणायामावर ज्ञान पाठाची रूपरेखा द्या किंवा नाडीतल्या विद्यार्थ्या करिता नैलिच्या ज्ञान पाठाची रूपरेखा द्या 16

M.A. (Part-I) (Yogashastra) (Semester—II) Examination

YOGA METHODOLOGY

Paper—I

Time : Three hours]

[Maximum Marks : 80

(हिन्दी माध्यम)

सूचना :— (1) सभी प्रश्न हल कीजिए।

(2) प्रथम प्रश्न अनिवार्य है।

1. निम्नलिखित के लिये उचित विकल्प का चयन कीजिये :—

- (i) पाठशाला में योग प्रात्यक्षिक वर्ग लेने हेतु महत्वपूर्ण घटक का चयन कीजिये। 2
(अ) आधारिक संरचना (इन्फ्रास्ट्रक्चर) (ब) ड्रेस
(क) खाली पेट (ड) शिक्षक की उपस्थिति
- (ii) पाठयोजना यह _____ के लिये महत्वपूर्ण है। 2
(अ) शिक्षक की स्पष्टता (ब) लक्ष्य और उद्देश्य
(क) प्रभावी शिक्षण (ड) बेहतर संवाद
- (iii) पाठशाला के प्राथमिक कक्षाओं में यम और नियम पढ़ाने हेतु कौनसी सर्वोत्तम पद्धति है ? 2
(अ) कथा कथन पद्धति (ब) व्याख्यान पद्धति
(क) दृक् श्राव्य व्यंगचित्र पद्धति (ड) प्रदर्शन पद्धति
- (iv) प्राणायाम पढ़ाने के लिये कौनसी सर्वोत्तम पद्धति है ? 2
(अ) व्याख्यान पद्धति (ब) प्रदर्शन पद्धति
(क) प्रकल्प पद्धति (ड) प्रदर्शन के साथ व्याख्यान पद्धति
- (v) मूल्यमापन के सर्वोत्तम साधनों के नाम है — 2
(अ) परीक्षा (ब) नेमून दिलेली कामगिरी
(क) प्रकल्प (ड) डिजिटलाईड पद्धति
- (vi) अधोलिखित कक्षाओं की विद्यार्थी संख्या के लिये मायक्रो (सूक्ष्म) टीचींग उपयुक्त है। 2
(अ) 2—8 विद्यार्थी (ब) 50—100 विद्यार्थी
(क) 30—40 विद्यार्थी (ड) 250—300 विद्यार्थी
- (vii) निरीक्षण पाठ का उद्देश्य क्या है ? 2
(अ) निर्णायक (टिकाकुशल) (ब) सुधारणारत स्व पाठयोजना
(क) गलतियों से शिक्षण (ड) सुधारणारत शिक्षण
- (viii) ज्ञान पाठ का उद्देश्य है — 2
(अ) तात्त्विक कक्षा शिक्षण (ब) प्रात्यक्षिक का तात्त्विक पहलू
(क) मानसिक तैयारी (ड) प्रत्याक्षिक कार्यक्षमता

2. पाठयोजना की परिभाषा लिखिये। संक्षेप में उसका महत्व बताइए। पाठयोजना की तैयारी में बाधक तत्वों की चर्चा कीजिये।

अथवा

पाठ योजना के नियोजन और निरीक्षण के विभिन्न स्वरूप बताइए। पाठयोजना के नियोजन और निरीक्षण के श्रेष्ठ स्वरूपों की मर््या में चर्चा कीजिये। 16

3. योग शिक्षा के पारंपरिक और अधुनिक पद्धतियाँ बताइए और उनके तुलनात्मक पहलुओं की चर्चा कीजिये।

अथवा

गृहपाठ असाईनमेन्ट पद्धति और प्रकल्प पद्धति के गुण-दोषों की चर्चा कीजिये। 16

4. अध्यापन पूरक साहित्य का अर्थ, उपयोगिता व्याख्या और वर्गीकरण का वर्णन कर उनको प्रयोग करते समय कौनसी सावधानियाँ बरतनी चाहिए ? वह लिखिये।

अथवा

‘समूह शिक्षण’ और ‘मायको (मूक्ष्म) शिक्षण’ का लक्ष्य एवं उद्देश्य, स्वरूप, उपयोगिता और कार्यपद्धति की तुलना कीजिये। 16

5. कौशल्य पाठ और ज्ञान पाठ के लक्ष्य एवं उद्देश्य, उपयोगिता स्वरूप और कार्यपद्धतियों की चर्चा कीजिये और कौशल्य पाठ और ज्ञान पाठ की तुलना कीजिये।

अथवा

भस्त्रिका प्राणायाम के लिये ज्ञान पाठ की रूपरेखा दीजिए अथवा नववी कक्षा के विद्यार्थियों के लिए मौलि क्रिया के ज्ञान पाठ की रूपरेखा दीजिए। 16