

- 9. What is the definition of total health by *Susrutha*?
- 10. Which are the *Panchapranas*? Describe the functions of each.

III. Answer any **two** of the following questions in about 350 words. Each question carries 15 marks

2 x 15 = 30

- 11. Explain in detail on the central nervous system, comprising the brain and *sushumna* which is very important in yogic science?
- 12. Explain the factors that negatively affect the respiratory system.
- 13. The daily practice of yoga helps to prevent lifestyle diseases. Explain with suitable examples.
- 14. What is astral body? How can we increase the power of astral body? What are mental impurities? Which state of mind do we attain when we become totally free from impurities?

**എസ്.ആർ.സി കമ്മ്യൂണിറ്റി കോളേജ്
ഡിപ്ലോമ ഇൻ യോഗ ടീച്ചർ ട്രെയിനിംഗ് (DYT)**

2019 ജൂൺ

YE003: യോഗയും ശരീരശാസ്ത്രവും

ചോദ്യപേപ്പർ

സമയം 2.5 മണിക്കൂർ

മാർക്ക് 60

I. ചുവടെ ചേർത്തിരിക്കുന്ന ചോദ്യങ്ങളിൽ ഏതെങ്കിലും നാലെണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക. ഓരോന്നിനും 3 മാർക്ക്

4 x 3 = 12

- 1. അസ്ഥികളുടെ ചലന രീതി അനുസരിച്ച് നാലുതരം സന്ധികൾ ഉണ്ട്. അവ ഏതെല്ലാം?
- 2. എന്താണ് ന്യൂറോണുകളുടെ പ്രത്യേകത?
- 3. ടോട്ടി പൊട്ടൻസി (**toty potency**) എന്നാൽ എന്ത്?
- 4. കഫ വർദ്ധനയ്ക്കുള്ള കാരണങ്ങൾ? അതുമൂലമുണ്ടാകുന്ന രോഗങ്ങൾ?
- 5. ത്രിദോഷങ്ങൾ ഏതൊക്കെ? ഇത് എങ്ങനെ ആരോഗ്യവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു?

II. ചുവടെ ചേർത്തിരിക്കുന്ന ചോദ്യങ്ങളിൽ ഏതെങ്കിലും മൂന്നെണ്ണത്തിന് 150 വാക്കിൽ കവിയാതെ ഉത്തരമെഴുതുക. ഓരോന്നിനും 6 മാർക്ക്

3 x 6 = 18

- 6. ശരീരത്തിലെ രോഗപ്രതിരോധ വ്യവസ്ഥയെക്കുറിച്ച് ചുരുക്കി എഴുതുക.
- 7. കരളിന്റെ ധർമ്മം ചുരുക്കിയെഴുതുക

SRC COMMUNITY COLLEGE
DIPLOMA IN YOGA TEACHER TRAINING (DYT)
Term-End Examination
June 2019
Question Paper

YE003: HUMAN PHYSIOLOGY & YOGA

Time: 2.5 hours

Maximum Marks 60

8. എപ്പീത്തീലിയ കലകളുടെ ധർമ്മം എന്തൊക്കെയാണ്? ശരീരത്തിൽ അവയുടെ വിന്യാസം ഏതൊക്കെ രൂപത്തിലാണ്?
 9. പ്യൂർണ്ണാരോഗ്യാവസ്ഥയ്ക്ക് സുശ്രുതൻ നൽകുന്ന നിർവ്വചനം എന്ത്?
 10. പഞ്ച പ്രാണനുകൾ ഏതൊക്കെ? ഓരോന്നിന്റെയും ധർമ്മം വിശദീകരിക്കുക..
- III. ചുവടെ ചേർത്തിരിക്കുന്ന ചോദ്യങ്ങളിൽ നിന്നും ഏതെങ്കിലും രണ്ടെണ്ണത്തിന് 350 വാക്കിൽ കവിയാതെ ഉത്തരമെഴുതുക. ഓരോന്നിനും 15 മാർക്ക്

2 x 15 = 30

11. യോഗ ശാസ്ത്രത്തിൽ ഏറെ പ്രസക്തമായ മസ്തിഷ്കവും സുഷുമ്നയും അടങ്ങുന്ന കേന്ദ്ര നാഡീവ്യവസ്ഥയെ കുറിച്ച് വിശദീകരിക്കുക.
12. ശ്വസന വ്യവസ്ഥയെ പ്രതികൂലമായി ബാധിക്കുന്ന ഘടകങ്ങൾ വിശദീകരിക്കുക.
13. യോഗ നിത്യജീവിതത്തിന്റെ ഭാഗമാക്കുന്നത് ജീവിതശൈലീരോഗങ്ങളെ ചെറുക്കാൻ സഹായിക്കും. വിശദമാക്കുക.
14. എന്താണ് സൂക്ഷ്മ ശരീരം? സൂക്ഷ്മ ശരീരത്തിന്റെ ശക്തി വിശേഷങ്ങളെങ്ങനെ വർദ്ധിപ്പിക്കാം? എന്തൊക്കെയാണ് മനോ മാലിന്യങ്ങൾ? മാലിന്യ മുക്തമായ മനസ്സ് ഏതവസ്ഥയെ പ്രാപിക്കുന്നു?

I. Answer any **four** of the following questions. Each question carries 3 marks

4 x 3 = 12

1. Based on the movement of bones there are four types of joints. Which are they?
2. What is the characteristic of neurons?
3. What is toty potency?
4. What is the cause of increased formation of *kapha*? What are the diseases caused by it?
5. Which are *thridoshas*? How is it related to health?

II. Answer any **three** of the following questions in about 150 words. Each question carries 6 marks

3 x 6 = 18

6. Write a short note on the immune system in human body.
7. Write a short note on the functions of liver.
8. What are the functions of epithelial cells? How it exists in body?