

योग स्नातक
Bachelor of Yoga
चतुर्थ सेमेस्टर (IVth Semester)
प्रश्न पत्र-2 (BYN-402)
योग एवं आयुर्वेद

(70 अंक लिखित परीक्षा एवं 30 अंक सत्रीय कार्य)

100 अंक

<u>ब्लॉक-प्रथम</u>	योग एवं आयुर्वेद का सम्बन्ध
इकाई-1	योग की अवधारणा एवं महत्व
इकाई-2	योग एवं आयुर्वेद का उद्देश्य
इकाई-3	योग एवं आयुर्वेद में सम्बन्ध
<u>ब्लॉक-द्वितीय</u>	अष्टांग योग एवं अष्टांग आयुर्वेद
इकाई-4	अष्टांग योग परिचय
इकाई-5	अष्टांग आयुर्वेद परिचय
इकाई-6	अष्टांग योग एवं अष्टांग आयुर्वेद - सारूप्य विवेचन
<u>ब्लॉक-तृतीय</u>	शोधन क्रियाएं
इकाई-7	यौगिक षट्कर्म परिचय
इकाई-8	आयुर्वेदोक्त पंचकर्म परिचय
इकाई-9	षट्कर्म एवं पंचकर्म- सारूप्य विवेचन
<u>ब्लॉक-चतुर्थ</u>	सद्रवृत्त एवं आचार-रसायन
इकाई-10	सद्रवृत्त की अवधारणा एवं महत्व
इकाई-11	आचार-रसायन की उपादेयता
इकाई-12	योग में वर्णित यम-नियमों तथा आयुर्वेदोक्त सद्रवृत्त में सामंजस्य
<u>ब्लॉक-पंचम</u>	यौगिक एवं आयुर्वेदिक आहार
इकाई-13	योगाभ्यास हेतु उचित आहार
इकाई-14	आयुर्वेदोक्त पथ्याहार
इकाई-15	योग शास्त्रोक्त एवं आयुर्वेदोक्त आहार में सामंजस्य
इकाई-16	आयुर्वेद एवं योग द्वारा निषिद्ध आहार विवेचन
<u>ब्लॉक-षष्ठ</u>	वर्तमान काल में योग एवं आयुर्वेद की उपादेयता
इकाई-17	योग एवं आयुर्वेदिक पद्धतियों का वैज्ञानिक महत्व
इकाई-18	स्वास्थ्य संरक्षण में योग एवं आयुर्वेद की भूमिका
इकाई-19	विभिन्न संक्रामक व्याधियों में योग एवं आयुर्वेद का विशिष्ट योगदान