



UTTARAKHAND OPEN UNIVERSITY, HALDWANI (NAINITAL)

उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय हल्द्वानी (नैनीताल)

Diploma of Yoga and Naturopathy

Question bank

योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा में डिप्लोमा/योग विज्ञान में प्रमाण पत्र
(प्रश्न कोष)

Course Title: Human anatomy and health

Course Code: Y.S-02

कोर्स शीर्षक: शरीर विज्ञान तथा स्वास्थ्य

कोर्स कोड : Y.S-02

Year: 2011-12

सत्र- 2011-2012

Objective Questions

A.1 lower Order Questions

1. अस्थि संस्थान को कहा जाता है-

क. पेशी तंत्र

ख. पाचन तंत्र

ग. श्वसन तंत्र

घ. इनमें से कोई नहीं (Unit-2)

Skeletal system is called-

A. Muscular system

B. Digestive System

C. Respiratory System

D. None of the above

2. शरीर से विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालने का सम्बन्ध है-

क. पाचन तंत्र से

ख. अस्थितंत्र से

ग. पेशी तंत्र से

घ. उपरोक्त में से कोई नहीं। (Unit-8)

Excretion of toxic matter is related-

A. Digestive System

B. Skeletal System

C. Muscular System

D. None of the above

सत्य/असत्य कथन

True and False statement-

3. पीयूष ग्रन्थि को मास्टर ग्रन्थि भी कहते हैं।(Unit-10)

Pituitary gland is also known as master gland.

4. एड्रीनल ग्रन्थि को मास्टर ग्रन्थि कहते हैं।(Unit-10)

Adrenal gland is also known as master gland.

5. स्वास्थ्य का अर्थ केवल शारीरिक स्वास्थ्य से है।(Unit-10)

The meaning of health is only a physical health.

6. शरीर की मूल ईकाई कोशिका है।(Unit-1)

The root of the body is cell.

7. शरीर की मूल ईकाई रक्त है।(Unit-1)

The root of the body is blood.

8. हृदय पाचन संस्थान से सम्बद्ध है।(Unit-4)

Heart is attached with digestive system.

9. मानव शरीर में पायी जाने वाली हड्डियों की कुल संख्या है।(Unit-2)

क. 205 ख. 206 ग. 210 घ. 215

How many bones are found in human body.

A 205 B 206 C 210 D 215

10. मस्तिष्क तंत्रिका एवं सुषुम्ना तंत्रिका का संबंध है-(Unit-7)

क. पाचन संस्थान से

ख. रक्त परिसंचरण संस्थान से

ग. उत्सर्जन तंत्र से

घ. तंत्रिका तंत्र से

Brain Nerves and spinal cord consists with

A Digestive System

B Circulatory System

C Excretory System

D Nervous system

11. रक्त कणिकाएँ कितने प्रकार की होती हैं।(Unit-4)

क. 3 ख. 5 ग. 7 घ. 9

How many types of blood cells-

A 3 B 5 C 7 D 9

12. यकृत एवं पित्ताशय का संबंध शरीर के कौन से तंत्र से है-(Unit-5)

- क. रक्तपरिसंचरण तंत्र से
ख. पाचन तंत्र से
ग. उत्सर्जन तंत्र से
घ. तंत्रिका तंत्र से

Liver and Gall Bladder Consists with-

- A Circulatory System
B Digestive System
C Excretory System
D Nervous System

13.दायें फेफड़े में कितने खण्ड होते हैं-(Unit-6)

- क. दो
ख. तीन
ग. चार
घ. पाँच

How many Lobes in right lung-

- A 2 B 3 C 4 D 5

14.ऐसा कौन सा अंग है जो श्वसन संस्थान एवं उत्सर्जन संस्थान दोनों से सम्बद्ध है। (Unit-6)

- क. फेफड़े
ख. किडनी
ग. यकृत
घ. हृदय

Which organs are related with both respiratory and circulatory system-

- A. Lungs
B. Kidney
C. Liver
D. Heart

15. "Health is a state of complete physical mental, spiritual and social well being and not merely the absence of disease or infirmity." स्वास्थ्य की यह परिभाषा किसने दी है।(Unit-11)

"Health is a state of complete physical mental, spiritual and social well being and not merely the absence of disease or infirmity." This definition of health given by-

- A.चरक संहिता
- B.सुश्रुत संहिता
- C.घेरण्ड संहिता
- D.WHO

उत्तर पत्रक

ANSWER SHEET OF LOWER ORDER QUESTIONS

प्रश्नों की क्रम-संख्या (Serial No. of the Questions)	प्रश्नों के उत्तर (Answer of the Questions)
1.	D
2.	D
3.	सत्य (True)
4.	असत्य (False)
5.	असत्य (False)
6.	सत्य (True)
7.	असत्य (False)
8.	असत्य (False)
9.	B
10.	D
11.	A
12.	B
13.	B
14.	A
15.	D

A.2 Middle Order Questions (मध्यम स्तर के प्रश्न)

सत्य/असत्य कथन

True and False Statements

1. तंत्रिका तंत्र की आधारभूत इकाई न्यूरॉन है। (Unit-7)

Neuron is the fundamental unit of nervous system.

2. तंत्रिका तंत्र की आधारभूत इकाई न्यूरोट्रांसमीटर है। (Unit-7)

Neurotransmitter is the fundamental unit of nervous system.

3. हार्मोन रासायनिक संदेश वाहक है। (Unit-10)

Hormone is the chemical messenger.

4. हार्मोन रासायनिक संदेश वाहक नहीं है। (Unit-10)

Hormone is not the chemical messenger.

5. हार्मोन अत्यधिक मात्रा में स्रावित होते हैं। (Unit-10)

Excessive secretion of hormone -

6. हार्मोन अत्यधिक सूक्ष्म मात्रा में स्रावित होते हैं। (Unit-10)

Hormone are secreted in small quantity.

7. प्रत्येक हार्मोन का एक निश्चित कार्य होता है। (Unit-10)

Each hormone has definite function-

8. प्रत्येक हार्मोन का कार्य निश्चित नहीं होता है। (Unit-10)

Each hormone has no definite function-

9. मानव शरीर में दो यकृत (लीवर) होते हैं। (Unit-5)

Human body has two livers.

10. मानव शरीर में किडनी की संख्या दो होती है। (Unit-8)

Human body has two kidneys.

11. स्वास्थ्य की दृष्टि से आहार मित होना चाहिये। (Unit-13&14)

Lovable diet is good for health.

12.स्वास्थ्य की दृष्टि से आहार मित नहीं होना चाहिये। (Unit-13&14)
Lovable diet is not good for health.

13.षट्कर्म से शरीर की शुद्धि होती है। (Unit-16)
Shatkarma purifies the body.

14.मानव शरीर में 10 प्रकार की ज्ञानेन्द्रियाँ पायी जाती हैं। (Unit-9)
Human body has 10 sense organ (Gyanderiya)

15.तंत्रिका तंत्र को विभाजित किया गया है-(Unit-7)

क.चार भागों में

ख.तीन भागों में

ग.दो भागों में

घ.पाँच भागों में

Nervous system is divided into

A Four Parts

B Three Parts

C Two Parts

D Five Parts

16. त्वचा में कितने प्रकार की ग्रन्थियाँ होती हैं। (Unit-9)

क.दो प्रकार की

ख.तीन प्रकार की

ग.चार प्रकार की

घ.पाँच प्रकार की

How many types of glands are found in skin-

A. Two types

B. Three types

C. Four types

D. Five types

17. वृद्धि हार्मोन का संबंध कौन सी ग्रन्थि से है। (Unit-10)

क.थाइराइड ग्रन्थि

ख.पैराथायराइड ग्रन्थि

ग.एड्रीनल ग्रन्थि

घ.पिट्यूटरी ग्रन्थि

Growth Hormones is consists with

A Thyroid Gland

B Parathyroid

C Adrenal Glands

D Pituitary Glands

18. रोगश्रमता के कितने प्रकार है-(Others)

क.पाँच प्रकार

ख.चार प्रकार

ग.छः प्रकार

घ.तीन प्रकार

How many types of Immunity

A. Five types

B. Four types

C. Four types

D. Six types

रिक्त स्थान की पूर्ति कीजिए।

Fill in the blank

19. शरीर की मूलभूत इकाई..... है। (Unit-1)

The.....is a fundamental unit of body.

20. राइबोसोम.....का महत्वपूर्ण कार्य करते है। (Unit-1)

The foremost role of Ribosome is.....

21. चेहरे में कुल..... अस्थियाँ होती है। (Unit-2)

There are.....bones are found in face.

22. सन्धियों प्रकार की होती है। (Unit-2)

There are.....types of Joints.

23. सुषुम्ना से नाडियों केजोडे निकलते है। (Unit-7)

There are.....pairs spinal nerves.

24.यमो की संख्याहै। Unit 15

The no of Yama is.....

25.अष्टांग योगने प्रतिपादित किया। Unit 15

Astang yoga given by.....

उत्तर पत्रक

ANSWER SHEET OF MIDDLE ORDER QUESTIONS

प्रश्नों की क्रम-संख्या (Serial No. of the Questions)	प्रश्नों के उत्तर (Answer of the Questions)
1.	सत्य (True)
2.	असत्य (True)
3.	सत्य (True)
4.	असत्य (True)
5.	असत्य (True)
6.	सत्य (True)
7.	सत्य (True)
8.	असत्य (True)
9.	असत्य (True)
10.	सत्य (True)
11.	सत्य (True)
12.	असत्य (True)
13.	सत्य (True)
14.	असत्य (True)
15.	B
16.	A
17.	A
18.	A
19.	कोशिका (Cell)
20.	प्रोटीन संश्लेषण (Protein Synthesis)
21.	14 (Fourteen)
22.	3 (Three)
23.	31(Thirty-one)
24.	5 (Five)
25.	महर्षि पतंजलि (Maharshi Patanjali)

A.3 Higher Order Questions

1. निम्न में से कौन सा कथन सत्य है- (Others)

- क. कीमोरिसेप्टर का सम्बन्ध पाचन तंत्र से है।
- ख. कीमोरिसेप्टर का सम्बन्ध श्वसन तंत्र से है।
- ग. कीमोरिसेप्टर का सम्बन्ध परिसंचरण तंत्र से है।
- घ. कीमोरिसेप्टर का सम्बन्ध तंत्रिका तंत्र से है।

Chose the true statement in the following.

- A. Chemoreceptor related a Digestive system.
- B. Chemoreceptor related a Respiratory system.
- C. Chemoreceptor related a Circulatory system.
- D. Chemoreceptor related a Nervous system.

2. हेमन्त ऋतु का समय माना गया है-(Unit-12)

- क. 16 नवम्बर से 15 जनवरी
- ख. 16 मई से 15 जुलाई
- ग. 16 मार्च से 15 मई
- घ. उपरोक्त में से कोई नहीं।

The time of Hemant Ritu is-

- A. 16 Nov to 15 January
- B. 16 May to 15 July
- C. 16 March to 15 May
- D. None of the above

3. शारीरिक बल श्रेष्ठ रहता है-(Unit-12)

- क. ग्रीष्म ऋतु में
- ख. बसन्त ऋतु में
- ग. हेमन्त ऋतु में
- घ. क एवं ख दोनों

Body remain fit-

- A. During Summer
- B. During Basant
- C. During Hemant
- D. Both A and B

4. संध्याकालोचित आचरण से लेकर रात्रिकाल में करणीय सभी कर्म आते हैं-(Unit-10)

क.आदर्श दिनचर्या

ख.आदर्श रात्रिचर्या

ग.ऋतुचर्या

घ.क एवं ख दोनों

All behavior perform evening to night-

A. Ideal Dincharya (Daily Routine)

B. Ideal Ratricharya

C. Ritucharya

D. Both A and B

5. इन्सुलिन स्रावित होता है-(Unit-10)

क.थाइराइड ग्रन्थि

ख.एड्रीनल ग्रन्थि

ग.पीयूष ग्रन्थि

घ.उपरोक्त में से कोई नहीं।

Insulin secrets from-

A. Thyroid Gland

B. Adrenal Gland

C. Pituitary Gland

D. None of the above

6.आँसू उत्पन्न करने वाली ग्रन्थि हैं-(Others)

क.पीयूष ग्रन्थि

ख.थाइमस ग्रन्थि

ग. एड्रीनल ग्रन्थि

घ.उपरोक्त में से कोई नहीं

The gland which produce tears-

A. Pituitary Gland

B. Thymus Gland

C. Adrenal Gland

D. None of the above

7.शरीर में मूत्र-निर्माण का कार्य करता है-(Unit-8)

क.हृदय

ख.लीवर

ग.क्वक्क

घ.उपर्युक्त सभी।

Urine in the body is formed by-

A. Heart

B. Liver

C. Kidney

D. All of the above

8.इन्सुलिन की कमी से होने वाला कौन सा रोग है। (Unit-10)

(क) अस्थमा

(ख) आर्थराइटिस

(ग) मधुमेह

(घ) कैंसर

Lack of insulin causes for

A. Asthma B. Arthritis C. Diabetes D.Cancer

9. अन्तःस्रावी ग्रन्थियों के स्राव को कहते हैं।(Others)

(क) रक्त

(ख) प्लाजमा

(ग) एन्जाइम

(घ) हारमोन

The secretion of endocrine glands is called

A. Blood

B.Plasama

C.Enzyme

D.Hormon

10.आयुर्वेदानुसार उपस्तम्भ हैं।(Unit-11)

(क) 3

(ख) 4

(ग) 5

(घ) 6

How many Upstambha are described in Ayurveda.

A.3

B.4

C.5

D.6

उत्तर पत्रक

ANSWER SHEET OF HIGHER ORDER QUESTIONS

प्रश्नों की क्रम-संख्या (Serial No. of the Questions)	प्रश्नों के उत्तर (Answer of the Questions)
1.	B
2.	A
3.	C
4.	B
5.	D
6.	D
7.	C
8.	C
9.	C
10.	A

B. लघुउत्तरीय प्रश्न

B.1 lower Order Questions

1. अस्थि तंत्र के प्रमुख कार्य बताइये।

Explain the function of skeletal system.

Answer: Refer to Unit-2 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 2 देखें)

2. ऊतक के प्रमुख कार्य क्या हैं।

What is the foremost functions of tissue.

Answer: Refer to Unit-1 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 1 देखें)

3. श्वसन तंत्र के प्रमुख कार्य बताइये।

Explain the foremost function of respiratory system.

Answer: Refer to Unit-6 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 6 देखें)

4.हृदय के मुख्य कार्य क्या हैं।

What is the chief function of heart.

Answer: Refer to Unit-4 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 4 देखें)

5.दृश्येन्द्रिय की संरचना को बताइये।

Explain the structure of eye.

Answer: Refer to Unit-9 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 9 देखें)

6.त्वक इन्द्रिय के प्रमुख कार्य बताइये।

What is the major function of skin.

Answer: Refer to Unit-9 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 9 देखें)

7.स्वास्थ्य को परिभाषित कीजिए।

Define the health-

Answer: Refer to Unit-11 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 11 देखें)

8.स्वस्थवृत्त के प्रमुख प्रयोजन क्या हैं।

What is the major objective of Swastvirit.

Answer: Refer to Unit-11 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 11 देखें)

9.कोशिका का नामांकित चित्र बनाइए।

Formulate a structure of cell.

Answer: Refer to Unit-1 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 1 देखें)

10.कंकाल के कार्य लिखिए।

Write a function of Skeletal.

Answer: Refer to Unit-2 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 2 देखें)

B.2 Middle Order Questions

1.शरीर की मूलभूत ईकाई क्या है? इसकी संरचना को समझाइए।

What is the basic unit of the body? Explain its structure.

Answer: Refer to Unit-1 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 1देखें)

2. ऊतक के विभिन्न प्रकारों पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिये।

Write short note on different types of tissue.

Answer: Refer to Unit-1 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 1 देखें)

3. पीयूष ग्रन्थि के अग्रभाग से कौन-कौन से हार्मोन स्रावित होते हैं।

Which hormones are secreted from the posterior part of Pituitary gland.

Answer: Refer to Unit-10(उत्तर के लिए इकाई संख्या 10 देखें)

4. थाइराइड एवं पैराथायराइड ग्रन्थि से स्रावित होने वाले हार्मोन के नाम एवं उनके कार्य बताइये।

Name the hormone which are secreted from thyroid and parathyroid gland and their function.

Answer: Refer to Unit-10 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 10 देखें)

5. फेफड़ों की संरचना को संक्षेप में बताइये।

Explain in short the structure of lungs.

Answer: Refer to Unit-6 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 6 देखें)

6. बड़ी आँत के प्रमुख कार्य क्या हैं।

What is the main function of large intestine.

Answer: Refer to Unit-5 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 5 देखें)

7. किडनी के कार्यों पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।

Write short note on the function of Kidney.

Answer: Refer to Unit-8 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 8 देखें)

8. एक आदर्श दिनचर्या से आप क्या समझते हैं।

What do you understand by an ideal daily routine.

Answer: Refer to Unit-12 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 12 देखें)

9. ऋतुचर्या से आपका क्या आशय है।

What do you understand by Ritucharya.

Answer: Refer to Unit-12 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 12 देखें)

10. स्वास्थ्यवृत्त के अनुसार ऋतुओं की संख्या कितनी है? उनके नाम एवं समय अवधि को संक्षेप में बताइये।

Write the number of season as per swastvrit give their name and time in short.

Answer: Refer to Unit-11 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 11 देखें)

11. रात्रिचर्या के सामान्य नियम क्या हैं।

What are the general rules of Ratricharya.

Answer: Refer to Unit-12 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 12 देखें)

12. प्राणायाम की चिकित्सीय दृष्टि से क्या उपयोगिता हैं।

What is the utility of pranayama in therapeutic point of view.

Answer: Refer to reference book (उत्तर के लिए सन्दर्भ पुस्तके देखें)

13. शारीरिक दृष्टि से योग की भूमिका को स्पष्ट कीजिए।

Explain the role of yoga in physical point of view.

Answer: Refer to reference book (उत्तर के लिए सन्दर्भ पुस्तके देखें)

14. संतुलित आहार से आप क्या समझते हैं।

What do you understand by balance diet.

Answer: Refer to Unit-14 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 14 देखें)

B.3 Higher Order Questions

1. शिशिर ऋतु पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।

Write a short note on Siseer Ritu.

Answer: Refer to Unit-12 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 12 देखें)

2. हेमन्त ऋतु में किस प्रकार का आहार लेना चाहिए।

What is the write diet for Hemant ritu

Answer: Refer to Unit-12 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 12 देखें)

3. आहार की अवधारणा पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिये।

Write short note on concept of diet.

Answer: Refer to Unit-13 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 13 देखें)

4. आत्मबोध की साधना से आप क्या समझते हैं।

What do you understand by Atam Bodh Sadhana.

Answer: Refer to Unit-12&13 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 12&13 देखें)

5. मानव शरीर के विभिन्न अंगों में पायी जाने वाली हड्डियों की संख्या व कार्य लिखिए।

Write the function and number of bones is found the different part of the body.

Answer: Refer to Unit-2 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 2 देखें)

6. रक्त के विश्लेषण से आप क्या समझते हैं।

What do understand by component of blood.

Answer: Refer to Unit-4 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 4 देखें)

C. दीर्घउत्तरीय प्रश्न

C.1 lower Order Questions

1.कंकाल तंत्र की संरचना एवं कार्यो का वर्णन कीजिए।

Explain the structure and function of skeletal system.

Answer: Refer to Unit-2 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 2 देखें)

2.पाचन तंत्र की संरचना एवं कार्यो पर प्रकाश डालिये।

Explain the structure and function of digestive system.

Answer: Refer to Unit-2 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 2 देखें)

3.रक्त परिसंचरण संस्थान की संरचना एवं कार्यो का विवेचन कीजिए।

Describe the structure and function of blood circulatory system.

Answer: Refer to Unit-4 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 4 देखें)

4.स्वास्थ्य के अर्थ को परिभाषित करते हुये स्वस्थ्यवृत्त की प्रयोजन को स्पष्ट कीजिए।

Explaining the meaning of health describe the objective of swastvirit.

Answer: Refer to Unit-11 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 11 देखें)

5.एक आदर्श दिनचर्या का वर्णन कीजिए।

Explain the ideal daily routine.

Answer: Refer to Unit-12 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 12 देखें)

6.आहार की अवधारणा को स्पष्ट करते हुये संतुलित आहार का वर्णन कीजिए।

Explaining the concept of diet explain the balance diet in details.

Answer: Refer to Unit-13 &14 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 13& 14 देखें)

7.हृदय की संरचना एवं कार्य लिखिए।

Write the structure and function of heart.

Answer: Refer to Unit-4 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 4 देखें)

8.किडनी की संरचना एवं कार्यो को स्पष्ट कीजिए।

Discuss the structure and function of kidney.

Answer: Refer to Unit-8 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 8 देखें)

C.2 Middle Order Questions

1. “पीयूष ग्रन्थि मास्टर ग्रन्थि है” इस कथन से आप क्या समझते हैं? पीयूष ग्रन्थि से स्रावित होने वाले हार्मोन के नाम एवं कार्य बताइये।

The Pituitary is a master gland what do you understand about this statement. Explain the name & function which hormone secreted by pituitary gland.

Answer: Refer to Unit-10 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 10 देखें)

2. सुप्रारिनल ग्रन्थि की संरचना एवं इससे स्रावित होने वाले हार्मोन्स के कार्य बताइये।

Explain the structure and function of hormone which secreted by suprarenal gland.

Answer: Refer to Unit-10 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 10 देखें)

3. निम्न पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए-

क. थाइमसग्रन्थि

ख. पीनियल ग्रन्थि

Write a short note-

A. Thymus Gland

B. Pineal gland

Answer: Refer to Unit-10 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 10 देखें)

4. त्वचा एवं बड़ी आँत के कार्यों को स्पष्ट कीजिए।

Explain the function of skin and large intestine.

Answer: Refer to Unit-9 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 9 देखें)

5. तंत्रिका तंत्र का सामान्य परिचय देते हुए केन्द्रीय तंत्रिका तंत्र का विस्तार से विवेचन कीजिए।

Explaining the general introduction of nervous system discuss the central nervous system in detail.

Answer: Refer to Unit-7 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 7 देखें)

6. संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए-

क. मस्तिष्क सुषुम्ना संस्थान

ख. संवेदनात्मक संस्थान

Write a short note on-

- A. Cerebral nervous system
- B. Sympathetic spinal

Answer: Refer to Unit-7 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 7 देखें)

7. पाचक अंगों की कार्य विधि स्पष्ट करते हुये पाचन की क्रिया को समझाइये।

Explaining the function of digestive organ explain the physiology of digestive system.

Answer: Refer to Unit-5 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 5 देखें)

8. पाचन तंत्र के प्रमुख अंगों के नाम बताते हुये निम्न पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिये-

क. आमाशय

ख. यकृत

Explaining the major organ of digestive system and write a short note on

- A. Stomach
- B. Liver

Answer: Refer to Unit-5 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 5 देखें)

9. श्वसन संस्थान का सामान्य परिचय देते हुये श्वसन क्रिया को समझाइये।

Explaining the general introduction of respiratory system explain the physiology of respiratory system.

Answer: Refer to Unit-6 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 6 देखें)

10. हितकर भोजन के अर्थ को स्पष्ट करते हुये खाद्य पदार्थों की आवश्यकता एवं महत्व को स्पष्ट कीजिए।

Explaining the meaning of valuable food explain the importance of eatable food.

Answer: Refer to Unit-13&14 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 13& 14 देखें)

11. निम्न पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिये-

क. प्रोटीन

ख. दुग्धाहार

ग. फल

Write a short note on-

- A. Protein
- B. Dugdhahaar
- C. Fruits

Answer: Refer to Unit-14 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 14 देखें)

12. एक आदर्श रात्रिचर्या से आप क्या समझते हैं? विस्तार से वर्णन कीजिए।

What do you understand by ideal daily routine explain in detail.

Answer: Refer to Unit-12(उत्तर के लिए इकाई संख्या 12 देखें)

C.3 Higher Order Questions

1. 'समदोषः समाग्निश्च, समधातु मलक्रिया।

प्रसन्नांतमेन्द्रिय मनः स्वस्थ इत्यभिधीयते'

इस कथन को स्पष्ट कीजिए।

'समदोषः समाग्निश्च, समधातु मलक्रिया।

प्रसन्नांतमेन्द्रिय मनः स्वस्थ इत्यभिधीयते' Explain this statement-

Answer: Refer to Unit-11(उत्तर के लिए इकाई संख्या 11 देखें)

2. ऋतुचर्या से आप क्या समझते हैं? शिशिर ग्रीष्म एवं वर्षा ऋतु में सेवनीय आहार विहार को स्पष्ट कीजिए।

What do you understand by Ritucharya. Explain the eligible diet in Grisham and Varsha ritu.

Answer: Refer to Unit-12 (उत्तर के लिए इकाई संख्या 12 देखें)

3. आहार के घटक द्रव्यों से क्या आशय है। खनिज लवण एवं विटामिन्स का विस्तृत विवेचन कीजिए।

What do you understand the components of diet? Describe the minerals and vitamins in details.

Answer: Refer to Unit-13(उत्तर के लिए इकाई संख्या 13 देखें)

4. 'मस्तिष्क मन, बुद्धि एवं शारीरिक चेतना का मूलाधार है' इस कथन को स्पष्ट कीजिए।

Explain this statement. "The brain is the derivation of mind, intelligence and physical consciousness".

Answer: Refer to Reference books (उत्तर के लिए सन्दर्भ पुस्तके देखें)

5. षट्कर्मों के चिकित्सीय पक्ष का विस्तार से वर्णन कीजिए।

Explain therapeutic application of Shatkarma.

Answer: Refer to Unit-16(उत्तर के लिए इकाई संख्या 16 देखें)

<http://uou.ac.in>