रोल नं. - ....

पत्रोपाधि वार्षिक नियमित परीक्षा 2020-21

कूट क्र. -यश- 401

विषय -योग एवं प्राकृतिक चिकित्सा

प्रश्नपत्र - प्राकृतिक चिकित्सा का सामान्य परिचय

अधिकतम समय-3 घण्टे **अधिकतम अंक-70**

उत्तीर्णांक-28

आवश्यक निर्देशः- 1. प्रश्न पत्र तीन खण्डों में विभक्त है।
2. प्रत्येक खण्ड का प्रत्येक प्रश्न अनिवार्य है।
3. प्रत्येक खण्ड के सामने प्रश्नों के अंक दर्शाये गए हैं।
4. खण्ड ''ब'' एवं ''स'' में प्रश्नों के आंतरिक विकल्प दिए गए हैं।

खण्ड-अ

(वस्तुनिष्ठ प्रश्न) **कुल अंक** 10x1=10

प्रश्न-1 दिये गये विकल्पों में से सही विकल्प का चयन कर लिखें -

i. भारत में प्राकृतिक चिकित्सा का इतिहास के अनुयायी हैं-

(अ) महात्मा गांधी (ब) संत विनोबा भावे

(स) दोनों (द) इनमें से कोई नहीं

ii. निम्न में से कौन-सा एक प्राकृतिक चिकित्सा का सिद्धांत नहीं है-

(अ) प्रकृति स्वयं चिकित्सक हैं

(ब) रोग का कारण किटाणु नहीं हैं

(स) सभी रोगों का कारण एवं निवारण एक हैं

(द) चिकित्सा शरीर की नहीं बल्कि रोग की होती है।

iii. प्राकृतिक-चिकित्सा के मूलभूत सिद्धांत है-

(अ) 7 (ब) 8

(स) 10 (द) इनमें से कोई नहीं

iv. आकाश तत्व की उत्पत्ति हुई हैं-

(अ) गंध तन्मात्रा से (ब) शब्द तन्मात्रा से

(स) रूप तन्मात्रा से (द) स्पर्श तन्मात्रा से

v. जल के प्रकार हैं–

(अ) मृदु (ब) स्थाई कठोर

(स) अस्थाई कठोर (द) उपरोक्त सभी

vi. सूर्य चिकित्सा में वात के रंग का संबंध है–

(अ) पीला (ब) नीला

(स) काला (द) हरा

vii. निम्न में से कौन–सा प्राकृतिक चिकित्सा का सिद्धांत –

(अ) सभी रोग एक हैं (ब) सभी रोग की चिकित्सा एक हैं

(स) सभी रोग का कारण किटाणु हैं (द) सभी रोग का निदान एक है

viii. मिट्टी चिकित्सा किस पंच महाभूत के अंतर्गत आती हैं–

(अ) अग्नि तत्व (ब) पृथ्वी तत्व

(स) दोनों (द) इनमें से कोई नहीं

ix. विटामिन डी प्राप्त होता हैं–

(अ) सूर्य की किरणों से (ब) दूध

(स) अंडा (द) इनमें से कोई नहीं

x. उपवास का मुख्य लाभ हैं–

(अ) शारीरिक (ब) मानसिक

(स) आध्यात्मिक (द) उपरोक्त सभी

खण्ड–ब

(लघु उत्तरीय प्रश्न) **कुल अंक 5x3=15**

निम्नलिखित लघु उत्तरीय प्रश्नों के उत्तर लगभग 50 शब्दों में दीजिए –

प्रश्न–2 प्राकृतिक चिकित्सा का अर्थ,परिभाषा एवं अवधारणा संक्षिप्त में समझाइये।

अथवा

प्राकृतिक चिकित्सा के इतिहास पर प्रकाश डालिए।

प्रश्न–3 किसी एक रोग पर प्राकृतिक चिकित्सा के लाभ समझाइये।

अथवा

प्राणिक हीलिंग एवं उसके सिद्धांत समझाइये।

प्रश्न–4 आकाश चिकित्सा का अर्थ एवं महत्व समझाइये।

अथवा

उपवास का सामान्य परिचय दीजिए।

प्रश्न–5 वायु चिकित्सा का संक्षिप्त परिचय दीजिए।

अथवा

सूर्य चिकित्सा का अर्थ तथा महत्व बताइये।

प्रश्न–6 जल चिकित्सा के गुण तथा महत्व का संक्षिप्त में वर्णन कीजिए।

अथवा

मिट्टी चिकित्सा का संक्षिप्त परिचय दीजिए।

खण्ड–स

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न) **कुल अंक** **5x9=45**

निम्नलिखित दीर्घ उत्तरीय प्रश्नों के उत्तर लगभग 400 शब्दों में दीजिए –

प्रश्न–7 प्रायोगिक प्राकृतिक चिकित्सा के नियम समझाइये।

अथवा

प्राकृतिक चिकित्सा के अनुसार स्वास्थ्य एवं अवधारणा पर विस्तृत रूप से प्रकाश डलिए।

प्रश्न–8 प्राकृतिक चिकित्सा के मूल सिद्धांत समझाइये।

अथवा

किसी एक रोग तथा उस पर प्राकृतिक चिकित्सा का प्रभाव समझाइये।

प्रश्न–9 उपवास के प्रकार विस्तार से समझाइये।

अथवा

रोग का उभार एवं उपवास विस्तार से समझाइये।

प्रश्न–10 वायु स्नान का परिचय तथा वायु का आरोग्यकारी प्रभाव विस्तार से समझाइये।

अथवा

सूर्य चिकित्सा के लाभ तथा विभिन्न रंगों का प्रयोग विस्तार से समझाइये।

प्रश्न–11 विभिन्न मिट्टी की पट्टियाँ एवं उनका लाभ समझाइये।

अथवा

ठंडा जल एवं गर्म जल का शारीरिक क्रियात्मक प्रभाव समझाइये।

--00--