

Diploma in Yoga Education : WINTER - 2018
SUBJECT: TEACHING METHODS IN YOGA EDUCATION

Day: Wednesday
Date: 17/10/2018

W-2018-0615

Time: 10.00 A.M. TO 01.00 P.M.
Max. Marks: 80

N.B:

- 1) Solve **ANY THREE** Questions from Q. no. 1 to Q. no. 5.
 - 2) Q. no. 6 is **COMPULSORY**.
 - 3) Figures to the right indicate full **MARKS**.
-

- Q.1** How do you define “Class Management “? What are those points to be kept in mind for a food class Management? **(20)**
- Q.2** What are the principles of Pranayama? **(20)**
- Q.3** Name the methods used in Yoga teaching with examples. **(20)**
- Q.4** What are the steps of an ideal lesson plan? Prepare one lesson plan on any “Asana” for 20 minutes duration. **(20)**
- Q.5** What are the advantages of teaching aids? **(20)**
- Q.6** Write short notes on **ANY FOUR** of the following: **(20)**
- a) Command method of teaching yoga
 - b) Importance of Audio-visual aids in yoga lesson
 - c) Characteristic of good questions
 - d) Presentation techniques
 - e) Formation of the yoga class.

* * * * *

मराठी रूपांतर

सूचना:

- १) प्रश्न क्र. १ ते ५ पैकी कोणतेही तीन प्रश्न सोडविणे.
- २) सहावा प्रश्न सोडविणे आवश्यक आहे.
- ३) उजवीकडील अंक पूर्ण गुण दर्शवितात.

-
- | | | |
|----------|--|------|
| प्रश्न १ | वर्ग नियोजन म्हणजे काय? उत्तम वर्ग नियोजनास कोणकोणत्या गोष्टी ध्यानात घेणे आवश्यक आहे? | (२०) |
| प्रश्न २ | प्राणायामाची तत्वे काय? | (२०) |
| प्रश्न ३ | योग शिकविताना कोणकोणत्या पद्धती वापरल्या जातात? सोदाहरण स्पष्ट करा. | (२०) |
| प्रश्न ४ | आदर्श पाठ नियोजनाच्या पायऱ्या कोणत्या? कोणत्याही आसनासाठी २० मिनीटाचे पाठाचे टाचन तयार करा. | (२०) |
| प्रश्न ५ | शैक्षणिक साहित्याचे फायदे कोणते? | (२०) |
| प्रश्न ६ | पुढील पैकी कोणत्याही चार टिपा लिहा.
अ) योग शिकविण्यासाठी सूचना पद्धती
ब) दृक-श्राव्य साहित्याचे योग पाठामधील महत्त्व
क) चांगल्या प्रश्नाची गुण वैशिष्ट्ये
ड) सादरीकरणाची तंत्रे
इ) योग वर्गाची रचना | (२०) |

* * * * *