|  |  |
| --- | --- |
| **University of Kerala** | |
| **Discipline: Oriental Studies** | **Time: 1.5 Hours (90 Mins)** |
| **Course Code:UK1DSCORS100** | **Total Marks: 42** |
| **Course Title: Yoga and Mental Health** |  |
| **Type of Course: DSC** |  |
| **Semester: 1** |  |
| **Academic Level: 100 - 199** |  |
| **Total Credits: 4.**  **Theory: 3 Credits, Practical :1 Credit.** |  |

**Part A**

**Answer All Questions. Each Question Carries 1 Mark.**

**(Cognitive Level: Remember/ Understand)**

**Time: 6 Minutes Marks:6**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **पदेन वाक्येन वा सर्वेषांप्रश्नानामुत्तराणि लिखत।** | | Cognitive  Level | Course Outcome |
| 1 | यॊगदर्शनस्य आचार्यः कः ?  (पतञ्जलिः, पाणिनिः वररुचिः, कपिलः) | R | CO 1 |
| 2 | दर्शनानि कतिविधम् ?  (सप्त, षड्, पञ्च, चत्वारि) | R | CO 1 |
| 3 | आसनं नाम किम् ?  (स्थिरसुखम्, अस्थिरसुखम्, अल्पसुखम्, दीर्घसुखम्) | U | CO 4 |
| 4 | वृत्त्यः कतिविधम् ?  (चत्वारि, त्रीणि, पञ्च, षड्) | U | CO 5 |
| 5 | ज्ञानेन्द्रियाणि कतिविधम् ?  (पञ्च, त्रीणि, सप्त, अष्ठ) | U | CO 2 |
| 6 | यॊगसूत्रस्य द्वितीयपादस्य नाम किम् ?  (समाधि, साधना, विभूति, कैवल्यम्) | U | CO 5 |

**Part B**

**Answer All Questions. Each Question Carries 2 Marks.**

**(Cognitive Level: Understand/Apply)**

**Time: 24Minutes Marks:8**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **वाक्येनवाक्याभ्यां वा सर्वेषांप्रश्नानामुत्तराणि लिखत।** | | Cognitive  Level | Course Outcome |
| 7 | दर्शनानि कानि ? नामानि लिखत । | U | CO 1 |
| 8 | पतञ्जलमहर्षयः ग्रन्थानि कानि ? | U | CO 1 |
| 9 | वृत्तयः नामानि लिखत ? | Ap | CO 5 |
| 10 | किम् नाम यॊगम् ? | Ap | CO 1 |

**Part C**

**Answer All 4 Questions in Essay, Choosing among options within each question.**

**Each Question Carries 7 Marks**

**(Cognitive Level: Apply/Analyse/Evaluate/Create)**

**Time: 60Minutes Marks:28**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **चतुर्णां प्रश्नानां लघुनिबन्धात्मकमुत्तरं लिखत।** | | | Cognitive  Level | Course Outcome |
| 11 | A | यॊगसूत्रानुसारं प्रमाणानि विशदयत । | Ap | CO 4 |
| B | चित्तवृत्तिनिरॊधान् विवृणुत । | Ap | CO 2 |
| 12 | A | यॊगसुत्रानुसारं अभयासं विशदयत । | An | CO 1,2,7,9 |
| B | यॊगसूत्रानुसारं पञ्चवृत्तयः लिखत । | An | CO 5 |
| 13 | A | यॊगसूत्रानुसारं अष्ठाङ्गानि विवृणुत । | E | CO 5 |
| B | यॊगसूत्रानुसारं वैराग्यं लिखत । | E | CO 2 |
| 14 | A | यॊगशास्त्रस्य उत्पत्तिविकासान् विवृणुत । | C | CO 1 |
| B | यॊगसूत्रानुसारं प्राणायामं विशदयत । | C | CO 4 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Cognitive Level** | **Marks** | **Percentage** |
| **Remember** | **2** | **4.76** |
| **Understand** | **8** | **19.04** |
| **Apply** | **11** | **26.19** |
| **Analyse** | **7** | **16.66** |
| **Evaluate** | **7** | **16.66** |
| **Create** | **7** | **16.66** |
| **Total** | **42** | **100** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Question Part** | **No of Qs** | **Marks in each Qs** | **Total Marks** |
| A | 6 | 1 | 6 |
| B | 4 | 2 | 8 |
| C | 4 | 7 | 28 |
| **Total** | **14** |  | **42** |