

C-5667

Sub. Code

11T

**B.Sc./B.B.A. DEGREE EXAMINATION, APRIL 2022.**

**First Year / First Semester**

**Part – I**

**தமிழ்ச்செம்மொழியும் தமிழர்களின் பன்முகத்திறனும்**

**(Common for all U.G. Degree Courses)**

**(2016 to 2018 onwards)**

Duration : 3 Hours

Maximum : 75 Marks

**பகுதி அ**

(10 × 2 = 20)

அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடையளிக்கவும்.

1. ஓட்டுநிலை மொழி என்றால் என்ன?
2. தமிழின் செம்மொழித் தகுதிகளைச் சான்றுகளுடன் எடுத்துக் காட்டி விளக்கியவர் யார்?
3. செம்மொழி தகுதிபெற்றக் காப்பியங்கள் கூறுக.
4. தழை ஆடை என்பதென்ன?
5. கழல் என்னும் அணிகலன் பண்டைகாலத்தில் இருந்தமைக்கு இலக்கியச் சான்று ஒன்று காட்டுக.
6. குகை காவியங்கள் பற்றிக் குறிப்புரைக்க.
7. களிமண் சிற்பங்கள் பற்றிக் கூறுக.
8. பண்டைக் காலத்தில் காணப்பட்ட வாணிபப் போக்குவரத்து முறைகள் இரண்டினைக் கூட்டுக.
9. மருந்துகளால் பெயர்பெற்ற இரண்டு அறநூல்கள் தருக.
10. விருந்தோம்பல் குறித்த வள்ளுவரின் சிந்தனை ஒன்றைத் தருக.

அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடை தருக.

11. (அ) இந்தியச் செம்மொழிகள் பற்றி எடுத்துரைக்க.

(அல்லது)

(ஆ) தமிழ்ச் செம்மொழி இலக்கியங்கள் வரிசைப்படுத்தி அத்தகுதி பெற்றமைக்கானச் காரணங்களை சுருக்கி விளக்குக.

12. (அ) நடலாடை , பட்டாடைக் குறித்த இலக்கியப் பதிவுகளைத் தருக.

(அல்லது)

(ஆ) ஆடைக்கும் பண்பாட்டிற்கும் உள்ள தொடர்பு குறித்து எடுத்துரைக்க.

13. (அ) காப்பியங்கள் காணலாகும் அணிகலன்கள் பற்றிய பதிவுகளைத் தருக.

(அல்லது)

(ஆ) பெண்கள் அணியும் அணிகலன்களாக இலக்கியங்கள் வழி அறியப்படுவனவற்றைச் சான்றுடன் தருக.

14. (அ) இலக்கியங்கள் வழி அறியலாகும் சிற்பக்கலை குறித்து எடுத்துரைக்க.

(அல்லது)

(ஆ) கட்டடக்கலைக்கும் காப்பியங்கள் சான்றுகளை எடுத்துரைக்க.

15. (அ) பண்டை இலக்கியங்கள் வழி அறியப்படும் மருத்துவக் குறிப்புகளைத் தருக.

(அல்லது)

- (ஆ) பண்டைத் தமிழ் மக்கள் போற்றிய விருந்தோம்பலை விரித்துரைக்க.

**பகுதி இ**

(3 × 10 = 30)

அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடை தருக.

16. (அ) தமிழின் சிறப்புகளையும், அதன் இலக்கிய வளமை குறித்தும் கட்டுரை வரைக.

(அல்லது)

- (ஆ) தமிழ்ச் செம்மொழி நூல்களின் தனித்தன்மைகளை விளக்கி ஆராய்க.

17. (அ) ஆடை வகைகளை இலக்கியச் சான்று காட்டி விரித்துரைக்க.

(அல்லது)

- (ஆ) தமிழர்களின் அணிகலன் பயன்பாடு குறித்துக் கட்டுரைக்க.

18. (அ) இசைக்கலை குறித்துச் செம்மொழிச் இலக்கியக் பதிவுகள் சான்றுடன் விளக்கியுரைக்க.

(அல்லது)

- (ஆ) இலக்கியங்கள் வழி அறியலாகும் பண்பாடு பழக்க வழக்கங்கள் பற்றிக் கட்டுரை வரைக.

C-5671

Sub. Code

21T

Common for B.Sc./B.B.A DEGREE EXAMINATION,  
APRIL2022

Second Year / Second Semester

Common for all U.G. Degree Course

Part – I இலக்கணமும், படைப்பிலக்கியமும்

(2016-2018 onwards)

Duration : 3 Hours

Maximum : 75 Marks

பகுதி அ

ஒரிரு வரிகளில் விடை தருக.

(10 × 2 = 20)

1. மெய்யெழுத்துக்களின் வகைகளைக் கூறுக.
2. உடம்படுமெய் என்றால் என்ன?
3. மு.மேத்தா எதன்மூலம் எதையும் அடைந்துவிட முடியும் என்கிறார்?
4. வைரமுத்துவின் விதைச்சோளம் கவிதையின் அடிநாதமாக விளங்குவது யாது?
5. அசோகமித்ரன் 'பள்ளியில் ஒரு நாய்க்குட்டி' எனச் சுட்டுவது யாது?
6. 'தந்தை மகனுக்கு ஆற்றும் நன்றி' என்னும் சிறுகதையின் கரு யாது?
7. இணைய முகவரி என்றால் என்ன?
8. இணைய இதழ்கள் இரண்டின் பெயர்களைச் சுட்டுக.
9. புதுக்கவிதை உத்திகளுள் இரண்டினைக் கூறுக.
10. தமிழ்ச் சிறுகதைகளின் முன்னோடி எது? அதனை எழுதியவர் யார்?

ஒரு பக்க அளவில் விடை தருக.

11. (அ) மொழி முதலெழுத்துக்களை எழுதுக.

(அல்லது)

(ஆ) சார்பெழுத்துக்களின் வகைகளைக் கூறுக.

12. (அ) புத்தகசாலை நாட்டில் ஏற்படுத்தும் மாற்றங்களாகப் பாரதிதாசன் கூறுவனவற்றை விளக்குக.

(அல்லது)

(ஆ) மீராவின் கவிதை உத்திகைகள் 'சாகாதவானம்' கவிதை கொண்டெழுதுக.

13. (அ) புராணத்தைப் புதிய கண்ணோட்டத்தில் படைத்துக் காட்டும் புதுமைப்பித்தனின் போக்கை விளக்குக.

(அல்லது)

(ஆ) அர்ச்சனை ரூபாய் சிறுகதையில் கு.ப.ரா. வெளிப்படுத்தும் வாழ்வியல் உண்மையை எழுதுக.

14. (அ) மின்னஞ்சல் முகவரி உருவாக்கும் முறை குறித்தெழுதுக.

(அல்லது)

(ஆ) தமிழ் வளர்ச்சித் துறையின் இணையதளம் பற்றி எழுதுக.

15. (அ) மரபுக்கவிதை என்றால் என்ன? விளக்குக.

(அல்லது)

(ஆ) சிறுகதை வடிவம் குறித்தெழுதுக.

பகுதி இ

(3 × 10 = 30)

கட்டுரை வடிவில் விடை தருக.

16. (அ) மொழியிறுதி எழுத்துக்களை விவரி.

(அல்லது)

(ஆ) வல்லினம் மிகும் இடங்களைத் தொகுத்துரைக்க.

17. (அ) சிறுகதையின் தோற்றமும் வளர்ச்சியும் குறித்துக் கட்டுரைக்க.

(அல்லது)

(ஆ) மின்நூலகங்கள் தமிழ் வளர்க்கும் பாங்கை விவரி.

18. (அ) “மனிதநேயம் போற்றுவோம்” என்னும் தலைப்பில் கவிதை இயற்றுக.

(அல்லது)

(ஆ) சுற்றுச்சூழலைப் பேணுதல் என்னும் கருவை மையமிட்டு சிறுகதை படைத்தீடுக.

C-5514

Sub. Code

96631

B.Sc. DEGREE EXAMINATION, APRIL 2022

Third Year

Astanga Yoga

சமாதி பாதம் – III (31 to 40)

(2016 onwards)

Duration: 3 Hours

Maximum : 75 Marks

பகுதி அ

(10 × 2 = 20)

அனைத்து வினாக்களுக்கு விடை தருக.

1. பிராணாயாமம் வரையறை.
2. ப்ரச்சர்தன-விதாரணாப்லாம் வா ப்ரானஸ்ய என்ற யோக சூத்திரத்தின் பொருள் என்ன?
3. குளிர்ச்சி வகை மூச்சுப்பயிற்சி பற்றி எழுதுக.
4. கிரியா-வரையறை.
5. யோக சூத்திரம் பற்றி எழுதுக.
6. உயிர் மூச்சு என்றால் என்ன?
7. சித்த மருத்துவம் பற்றி எழுதுக.
8. தியானப் பயிற்சி பற்றி எழுதுக.
9. சித்த மருத்துவத்தின் பயன்களில் இரண்டினை எழுதுக.
10. ஆஸ்துமா நோயை குணப்படுத்தும் ஆசனங்களின் பெயர்களை எழுதுக.

அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடை தருக.

11. (அ) யதா பிமதத் யானத்வா என்ற யோக சூத்திரத்தில் பொருள் மற்றும் விளக்கம் பற்றி எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) மூச்சுப்பயிற்சி செய்வதால் ஏற்படும் நன்மைகள் பற்றி எழுதுக.

12. (அ) ப்ரச்சர்தன-விதாரணாப்யாம் வா ப்ராணஸ்ய என்ற யோக சூத்திரத்தின் மூலம் உலக வாழ்விற்கு கிடைக்கும்'' பயன்கள் பற்றி எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) நாடிச் சுத்தி பிராணாயாமத்தின் முக்கியத்துவம் பற்றி எழுதுக.

13. (அ) கிரியை பயிற்சியின் வகைகளை எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) தியானம் செய்வதால் ஏற்படும் நன்மைகள் பற்றி எழுதுக.

14. (அ) அஷ்டாங்க யோகா பற்றி எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) நீரழவு நோய்க்குரிய சித்த வைத்தியம் பற்றி எழுதுக.

15. (அ) ஆஸ்துமா நோயை கட்டுப்படுத்தும் ஆசனங்களைப் பற்றி எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) மூல நோயை குணப்படுத்தும் சித்த வைத்திய முறை பற்றி எழுதுக.



அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடை தருக.

16. (அ) மைதீ-கருணா -முதித-உபகேஷாணாம் ஸீக-துக்க புண்ய-  
அபுண்ய-விஷயாணாம் பாவனாத சித்த/ப்ரஸாதனம் என்ற  
சூத்திரத்தின் பொருள், விளக்கம் மற்றும் உதாரணத்துடன்  
விளக்குக.

(அல்லது)

- (ஆ) குளிர்ச்சி வகை மூச்சு பயிற்சியின் வகைகள் பற்றியும் அதன்  
பயன்கள் பற்றியும் விரிவாக எழுதவும்.

17. (அ) நாடிசுத்தி பிராணாயாமத்தின் செய்முறை மற்றும் பயன்கள்  
பற்றி விரிவாக எழுதவும்.

(அல்லது)

- (ஆ) ஆஸ்துமா நோயை குணமாக்கும் சித்த மருத்துவ முறை  
பற்றி விரிவாக எழுதவும்.

18. (அ) கிரியை பயிற்சியின் மூலம் ஆரோக்கிய வாழ்விற்கு உகந்த  
வழிமுறைகள் பற்றி விவரிக்கவும்.

(அல்லது)

- (ஆ) நீரழவு நோயை குணப்படுத்தக்கூடிய சித்த வைத்திய  
முறைகள் பற்றியும் அதன் பயன்கள் பற்றியும் விரிவாக  
எழுதவும்.

C-5515

Sub. Code

96632

B.Sc. DEGREE EXAMINATION, APRIL 2022

Third Year

Astanga Yoga

சமாதிபாதம் — IV (41 to 51)

(2016 onwards)

Duration : 3 Hours

Maximum : 75 Marks

பகுதி அ

(10 × 2 = 20)

அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடை தருக.

1. யோக சூத்திரம் - வரையறை.
2. ருதம்பரா தத்ர ப்ரஜ்ஞா என்ற சூத்திரத்தின் பொருள் என்ன?
3. கீரைகளின் மகிமை பற்றி எழுதுக.
4. தைலங்களினால் குணமாகும் வியாதிகள் இரண்டினை எழுதுக.
5. சமாதி பாதம் பற்றி எழுதுக.
6. இயற்கை உணவு முறைகள் பற்றி எழுதுக.
7. கீரைகள் தீர்க்கும் வியாதிகள் பற்றி எழுதுக.
8. நாயுருவிக் கீரையின் பயன்பாடு பற்றி எழுதுக.
9. தைலங்கள் உபயோகிக்கும் முறை பற்றி எழுதுக.
10. இயற்கை உணவு முறைகளின் கட்டுப்பாடு பற்றி எழுதுக.

பகுதி ஆ

(5 × 5 = 25)

அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடை தருக.

11. (அ) ஸீக்ஷம் விஷயத்வஞ் சாலிங்க பர்யவஸானம் என்ற சூத்திரத்தின் பொருள், விளக்கம் பற்றி எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) தஜ்ஜ ஸம்ஸ்காரோ ஸன்ய ஸம்ஸ்காரப்ரதிபந்தீ என்ற சூத்திரத்தின் மூலம் நீ தெரிந்து கொண்ட கருத்து மற்றும் பயன்கள் பற்றி எழுதுக.

12. (அ) இயற்கை உணவு முறைகளின் பயன்பாடு பற்றி எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) தைலங்கள் செய்யும் முறை பற்றி எழுதுக.

13. (அ) கீரைகளின் மகிமை 1, உன்னும் முறை, பயன்கள் பற்றி எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) யோக சூத்திரத்தின் மூலம் நீ தெரிந்து கொண்ட கருத்துகள் பற்றி எழுதுக.

14. (அ) இயற்கை உணவு முறைகளின் கட்டுப்பாடு பற்றி எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) சமாதி பாதம் பற்றி எழுதுக.

15. (அ) நாயுருவிக் கீரையின் உண்ணும்முறை, பயன்கள் பற்றி எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) யோக சூத்திரத்தின் மூலம் உலக வாழ்விற்கு ஏற்படும் பயன்கள் பற்றி எழுதுக.

பகுதி இ

(3 × 10 = 30)

அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடை தருக.

16. (அ) சஷீண-வ்ருத்தே அபிஜாதஸ்ய இவமணே க்ரஷீத்ரு-க்ரஹண-க்ராஹ்யயேஷீ தத்ஸத்த-ததஞ்ஜனதா ஸமாபத்தி என்ற சூத்திரத்தின் பொருள், விளக்கம் மற்றும் உதாரணத்துடன் விவரிக்கவும்.

(அல்லது)

- (ஆ) கீரைகளின் மகிமை 2-வின் பயன்பாடு, உண்ணும் முறை மற்றும் தீர்க்கும் வியாதிகள் பற்றி விரிவாக எழுதுக.

17. (அ) தஸ்யாபி நிரோதே சர்வ நிரோதாநிர்பீஜ ஸமாதி என்ற சூத்திரம் உலக வாழ்விற்கும், மனிதனின் அன்றாட வாழ்விற்கும் பயன்படும் விதத்தை விவரிக்கவும்.

(அல்லது)

- (ஆ) இயற்கை உணவு முறைகளின் பயன்பாடு, உண்ணும் முறை, நேரம் மற்றும் கட்டுப்பாடு பற்றி விவரிக்கவும்.

18. (அ) தைலங்கள் செய்யும் முறை, உபயோகிக்கும் முறை, பலன்கள் மற்றும் தீர்க்கும் வியாதிகள் பற்றி விரிவாக எழுதவும்.

(அல்லது)

- (ஆ) நாயுருவிக் கீரையின் பயன்பாடு - உண்ணும் முறை நேரம், கட்டுப்பாடு மற்றும் பலன்கள் பற்றி விரிவாக எழுதவும்.

C-5516

Sub. Code

96633

B.Sc. DEGREE EXAMINATION, APRIL 2022

Third Year

Astanga Yoga

சாதனா பாதம் — III (31 to 41)

(2016 onwards)

Duration : 3 Hours

Maximum : 75 Marks

பகுதி அ

(10 × 2 = 20)

அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடை தருக.

1. தியானம் - வரையறை.
2. ஆயுர்வேத மருத்துவம் பற்றி எழுதுக.
3. அஸ்தேய ப்ரதிஷ்டாயாம் ஸர்வித்தேனா பஸ்தானம் என்ற யோக சூத்திரத்தின் பொருள் என்ன?
4. இரத்தம் அழுத்தம் - வரையறை.
5. சாதானா பாதம் பற்றி எழுதுக.
6. மன இறுக்கம் என்றால் என்ன?
7. யோகாசனத்தின் பயன்களின் இரண்டினை எழுதுக.
8. அக்குபஞ்சர் மருத்துவம் பற்றி எழுதுக.
9. விபரீதகரணி பற்றி விளக்கவும்.
10. யுனானி மருத்துவம் பற்றி எழுதுக.

அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடை தருக.

11. (அ) விதர்கபாதனே ப்ரதி பக்ஷபாவனம் என்ற யோக சூத்திரத்தின் பொருள், விளக்கம் பற்றி எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) அஷ்டாங்க யோக நெறிகள் பற்றி எழுதுக.

12. (அ) இரத்த அழுத்தத்தை குணமாக்கும் யோகாசனங்கள் பற்றி எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) செல்போன் உபயோகத்தினால் இரத்த அழுத்தத்தின் மாற்றங்கள் பற்றி எழுதுக.

13. (அ) இதயத்தை பாதுகாக்கும் “ஓம்கார தியானம்” பற்றி எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) அக்குபஞ்சர் மருத்துவம் மூலம் இரத்த அழுத்த சிகிச்சை பற்றி எழுதுக.

14. (அ) தியான முறைகள் பற்றி எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) ஆங்கில மருத்துவம் மூலம் இரத்த அழுத்தம் குணமாகும் முறையை பற்றி எழுதுக.

15. (அ) யோக சிகிச்சை பற்றி விரிவாக எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) சித்த மருத்துவம் மற்றும் யுனானி மருத்துவ சிகிச்சை பற்றி எழுதுக.

பகுதி இ

(3 × 10 = 30)

அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடை தருக.

16. (அ) அபரிக்ரஹ ஸ்னதர்வே ஜன்மஹகதந்தா ஸம்போ மற்றும் சொஸாத் ஸ்வாங்க ஜமுகுப்ஸா பரைரஸம் ஸர்க் என்ற யோக சூத்திரத்தின் பொருள் விளக்கம் மற்றும் உதாரணத்தோடு விவரிக்கவும்.

(அல்லது)

- (ஆ) யோக சூத்திரத்தினால் உலக வாழ்விற்கும், மனிதனின் அன்றாட வாழ்விற்கும் கிடைக்கும் பயன்கள் பற்றி விரிவாக எழுதவும்.

17. (அ) இரத்த அழுத்தத்திற்கான காரணங்கள் மற்றும் குணமாக்கும் யோகாசனப் பயிற்சிகளைப் பற்றி விவரிக்கவும்.

(அல்லது)

- (ஆ) இரத்த அழுத்தத்திற்கான சிகிச்சை முறைகள் பற்றி விரிவாக எழுதுக.

18. (அ) யோக சிகிச்சையின் மூலம் இதயத்தை பாதுகாக்கும் தியான முறைகள் பற்றி விரிவாக எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) சித்த மருத்துவம், ஆயுர்வேதம் மற்றும் யுனானி மருத்துவம் பற்றி விவரிக்கவும்.

C-5517

Sub. Code

96634

**B.Sc. DEGREE EXAMINATION, APRIL 2022**

**Third Year**

**Asthanga Yoga**

**சாதனா பாதம் — IV (42 to 55)**

**(2016 onwards)**

Duration : 3 Hours

Maximum : 75 Marks

பகுதி அ

(10 × 2 = 20)

**அனைத்து வினாக்களுக்கு விடை தருக.**

1. யோக சூத்திரம்-வரையறு.
2. குய்யபாத ஆசனம் பற்றி விளக்கவும்.
3. யோக முத்ரா பற்றி விளக்கவும்.
4. அஷ்டாங்க யோகா-வரையறு.
5. சாதனா பாதம் பற்றி விளக்கவும்.
6. மச்சாசனத்தின் பயன்களின் இரண்டினை எழுதுக.
7. கருவறை மகிமை பற்றி விளக்கவும்.
8. விபரீதக்கரணி பற்றி விளக்கவும்.
9. யோக நெறிகள் பற்றி விளக்கவும்.
10. நாடிசுத்தி என்றால் என்ன?



அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடை தருக.

11. (அ) யோக சூத்திரத்தின் மூலம் உலக வாழ்விற்கு ஏற்படும் நன்மைகள் பற்றி எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) தஸ்மின் ஸதி ச்வாஸப்ரச் வாஸயோர்கதி விச்சேத பிராணாயம என்ற யோக சூத்திரத்தின் பொருள் பற்றி விளக்குக.

12. (அ) த.த.பரமா வச்யதேந்திரி யாணாம் என்ற யோக சூத்திரத்தின் விளக்கம் பற்றி எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) யோக சூத்திரத்தின் மூலம் மனிதனின் அன்றாட வாழ்விற்கு கிடைக்கும் நன்மைகள் பற்றி எழுதுக.

13. (அ) சுகப் பிரசவம் ஆவதற்குரிய ஆசனங்கள் பற்றி எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) திட சங்கல்ப தியானம் பற்றி விளக்கம் தருக.

14. (அ) நாடி சுத்தியின் செய்முறை மற்றும் பயன்கள் பற்றி எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) சுகப்பிரவசம் உண்டாக பாட்டி வைத்திய முறை பற்றி எழுதுக.

15. (அ) கருவுற்ற சமயங்களில் உணவு முறை பற்றி எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) குழந்தை பிறந்தவுடன் தாய்ப்பால் பெருக வழிமுறைகள் பற்றி எழுதுக.

அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடை தருக.

16. (அ) யோக சூத்திரத்தின் மூலம் நீ தெரிந்து கொண்ட கருத்துகள் மற்றும் பயன்கள் பற்றி விரிவாக எழுதவும்.

(அல்லது)

- (ஆ) சமாதி சித்திராஸ் வரப் ரணி தானாத் மற்றும் ஸ்த்ர சுகம் ஆஸனம் என்ற யோக சூத்திரத்தின் பொருள், விளக்கம் உதாரணத்துடன் விவரிக்கவும்.

17. (அ) சுகப்பிரசவம் ஆவதற்குரிய சுகமான யோக நெறிகள் பற்றி விவரிக்கவும்.

(அல்லது)

- (ஆ) திட சங்கல்ப தியான முறை பற்றியும், அதன் பயன்கள் பற்றியும் விரிவாக எழுதவும்.

18. (அ) கருவுற்ற காலங்களில் உணவு முறை பற்றியும், பால் கஞ்சி செய்யும் முறை பற்றி விரிவாக எழுதவும்.

(அல்லது)

- (ஆ) கருவுற்ற காலங்களில் கேட்க வேண்டிய பாடல் மற்றும் கருவறை மகிமை பற்றி விவரிக்கவும்.

C-5518

Sub. Code

96635

**B.Sc. DEGREE EXAMINATION, APRIL 2022**

**Third Year**

**Asthanga Yoga**

**யோகாசனங்கள் – III**

**(2016 onwards)**

Duration: 3 Hours

Maximum : 75 Marks

**பகுதி அ**

(10 × 2 = 20)

**அனைத்து வினாக்களுக்கு விடையளி.**

1. டயாபடிசை விரட்டும் யோக ஆசனங்கள் யாவை?
2. தியானம் செய்யும் முறையை விளக்குக.
3. முதுகுவலி வரக்காரணங்கள் எவை?
4. சூரிய சக்தி பெறுதல் என்றால் என்ன?
5. ஆஸ்துமா பாதிப்பு நிமிடத்தில் சரிபடுத்திக்கொள்ள என்ன செய்ய வேண்டும்?
6. கழுத்து வலியை நீங்கும் யோக ஆசனங்கள் யாவை?
7. தடாசனம் செய்வதால் ஏற்படும் பலன்கள் யாவை?
8. பவளமுத்தாசனம் என்றால் என்ன?
9. மனிதன் சிறுநீரக அமைவிடத்தை பற்றி விவரி.
10. கல்லீரலை காக்கும் யோகாசனம் எது?

(அ) அல்லது (ஆ) வை தெரிவு செய்து அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடையளிக்க.

11. (அ) இரத்தம் அழுத்தம் ஏற்படக்கூடிய அடிப்படைக் காரணங்கள் மற்றும் விளைவுகள் பற்றி விவரி.

(அல்லது)

(ஆ) அழுக்கு மற்றும் கிருமிகளை நீக்கும் கால்பாத குளியல் முறையை விவரி.

12. (அ) ஆஸ்துமாவை விரட்டும் யோக ஆசனங்கள் மற்றும் அதன் பலன்கள்?

(அல்லது)

(ஆ) பெண்களின் இளமைக்கு ஆற்றல் தரும் ஏதேனும் ஒரு யோகாசனம் செய்முறை மற்றும் பலன்கள்?

13. (அ) உணவு சாப்பிடும் முறை எப்படி எப்பொழுது என்பதை பற்றி விவரி.

(அல்லது)

(ஆ) நீரிழிவு உள்ளவர்கள் என்னென்ன கீரைகள் சாப்பிடலாம்?

14. (அ) கழுத்து வலியை நீக்கும் யோக பயிற்சிகளை விவரி.

(அல்லது)

(ஆ) நமது பண்பாட்டை எப்படி மாற்றுவது?

15. (அ) உத்தனபாத ஆசனம் செய்முறை மற்றும் பயன்கள்?

(அல்லது)

(ஆ) சிறுநீரகத்தின் வேலையை பற்றி விவரி.

(அ) அல்லது (ஆ) வை தெரிவு செய்து அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடையளிக்க.

16. (அ) முதுகுவலி வரக்காரணங்கள் மற்றும் முதுகுவலியை முழுமையாக நீக்கும் யோகாசனங்கள் பற்றி விரிவாக எழுதுக.

(அல்லது)

(ஆ) தொந்தி குறையும் ஆசனம் (பாதகஸ்தானம்) செய்முறை பலன்கள் பற்றி விரிவாக விவரி.

17. (அ) சிறுநீரக செயலிழப்பின் அறிகுறிகள் முக்கிய காரணங்கள் மற்றும் உண்ண வேண்டிய உணவுகளை பற்றி விவரி.

(அல்லது)

(ஆ) ரஜோ குணம் மற்றும் கத்வ குணம் பற்றி விவரி.

18. (அ) மாணவர்களுக்கு ஞாபக சத்தி வளர அர்த்தசிராசனம் செய்முறை மற்றும் பலன்களை பற்றி விவரி.

(அல்லது)

(ஆ) மனித உடலில் கல்லீரலின் செயல்பாடுகள் பற்றி விவரி.

C-5519

Sub. Code

96636

B.Sc. DEGREE EXAMINATION, APRIL 2022

Third Year

Asthanga Yoga

முத்திரைகள் உயர்நிலை – (Theory)

(2016 onwards)

Duration: 3 Hours

Maximum : 75 Marks

பகுதி அ

(10 × 2 = 20)

அனைத்து வினாக்களுக்கு குறுகிய விடையளி.

1. முத்திரை யார் செய்யலாம் எப்போது?
2. முத்திரை செய்யப்படும் ஆசனம் ஏதேனும் இரண்டு?
3. சின் முத்திரை என்றால் என்ன?
4. பசியின்மை வரக்காரணம் என்ன?
5. நோய் எதிர்ப்பு சக்தி அதிகரிக்க என்ன செய்ய வேண்டும்?
6. லிங்க முத்திரை எப்படி செய்ய வேண்டும்?
7. எந்த விதமான முத்திரை வெற்றிக்கு வித்திடும்?
8. தீய உணர்வுகள் தாக்காமல் இருக்க என்ன செய்ய வேண்டும்.
9. வயிற்றை எவ்வாறு சுத்தப்படுத்துவது?
10. நரம்பு மண்டலத்தை எவ்வாறு புத்துணர்ச்சி அடைய செய்ய முடியும்?

(அ) அல்லது (ஆ) வை தெரிவு செய்து அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடையளிக்க.

11. (அ) முத்திரை செய்யும் பொழுது முதுகெலும்பின் நிலை மற்றும் கண்களின் நிலை எப்படி இருக்க வேண்டும்?

(அல்லது)

(ஆ) முத்திரையின் முழுப்பலனை அடைய சில முக்கியமான விதிமுறைகள் யாவை?

12. (அ) அயான முத்திரை செய்வதால் ஏற்படும் பலன்கள் மற்றும் செய்முறையை விளக்குக.

(அல்லது)

(ஆ) மனிதனின் முகசோட்டமும், ருத்ர முத்திரையும் பற்றி விளக்குக.

13. (அ) நோயன்றி வாழ என்ன வழி முறைகளை பின்பற்ற வேண்டும் என்பதை பற்றி விவரி.

(அல்லது)

(ஆ) பிராண சக்தி குறைவதற்கு காரணங்கள் என்ன?

14. (அ) கண்களின் ஒளியும் பிராண முத்திரையும் பற்றி சுருக்கமாக எழுதுக.

(அல்லது)

(ஆ) மன இருக்கம் மற்றும் படபடப்பிற்கு என்ன காரணம் என்பதை பற்றி விளக்குக.

15. (அ) பிரிதிவி முத்திரையின் செய்முறை மற்றும் பயன்கள் யாவை?

(அல்லது)

(ஆ) நரம்பு மண்டலத்தின் செயல்பாடுகள் பற்றி எழுதுக.

**பகுதி இ** (3 × 10 = 30)

(அ) அல்லது (ஆ) வை தெரிவு செய்து **அனைத்து** வினாக்களுக்கும் கட்டுரை விடையளிக்க .

16. (அ) காதுவலி, கழுத்துவலி மற்றும் தைராய்டு போன்ற பிரச்சனைகளை நீக்கும் சூன்ய முத்திரை பற்றி விளக்குக.

(அல்லது)

(ஆ) ஆதி முத்திரை செய்முறை மற்றும் பலன்களை பற்றி விரிவாக எழுதுக.

17. (அ) இருதயம் மற்றும் நுரையிரல்களின் செயல்பாடுகள் பற்றி விவரி.

(அல்லது)

(ஆ) தைராய்டு குறைவாக மற்றும் அதிகமாக சுரப்பதால் ஏற்படும் விளைவுகள் என்ன என்பதை பற்றி எழுதுக.

18. (அ) மனித உடலில் அஜீரணம் மற்றும் பசியின்மையினால் ஏற்படும் விளைவுகளை பற்றி எழுதுக.

(அல்லது)

(ஆ) வாழ்க்கையில் ஒழுங்கு மற்றும் மன கட்டுப்பாடுக்கு அனுசாசன முத்திரை எவ்வாறு உதவுகிறது.



C-5520

Sub. Code

96637

**B.Sc. DEGREE EXAMINATION, APRIL 2022**

**Third Year**

**Asthanga Yoga**

**யோக சிகிச்சைகள்**

**(2016 onwards)**

Duration : 3 Hours

Maximum : 75 Marks

பகுதி அ

(10 × 2 = 20)

**அனைத்து வினாக்களுக்கு குறுகிய விடையளி.**

1. நீரிழிவு நோய் என்றால் என்ன?
2. நீரிழிவு நோயின் நான்கு வகைகள் யாவை?
3. பான்கிரியாஸ் சிறப்பாக இயங்க என்ன செய்ய வேண்டும்?
4. நீரிழிவின் எதிரி என்று ஏன் யோகக்கலையை கூறுகிறோம்.
5. முதுகுவலியை நீக்கும் ஏதாவது இரண்டு யோகாசனத்தின் பெயரை எழுதுக.
6. ஆசனத்தின் பொதுவான விதிமுறைகள் என்ன?
7. மூட்டுவாதம் ஏற்படக்காரணம் என்ன?
8. மனிதன் நிற்கும் நிலை எவ்வாறு இருக்க வேண்டும்?
9. உடல் பருமன் என்றால் என்ன?
10. மூச்சிப்பயிற்சியின் பயன்கள் ஏதேனும் நான்கை எழுதுக.

அனைத்து வினாக்களுக்கும் சுருக்கமான விடை தருக.

11. (அ) நீரிழிவு நோய் தோன்றக் காரணம் மற்றும் அதை தடுக்கும் முறையை விவரி.

(அல்லது)

- (ஆ) பெண்களுக்கு குழந்தை பிறந்தவுடன் நீரிழிவு நோய் வராமல் இருக்க தடுக்கும் வழிமுறைகள் என்ன?

12. (அ) முதுகு வலியை நீக்கும் மூச்சுப்பயிற்சியை பற்றி விவரி.

(அல்லது)

- (ஆ) மூட்டுவலிக்கு முற்றுபுள்ளி வைக்கும் யோகக் கலையும் மற்றும் செய்முறை அதன் பலன்களை விவரி.

13. (அ) உடல் எடையை குறைக்கும் கிரியைப் பயிற்சிகளின் செயல்முறை விளக்கத்தை பற்றி எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) நீரிழிவு நோய் வருவதை எப்படி நம்மால் அறிந்துகொள்ளமுடியும்.

14. (அ) தனராசனம் செய்முறை விளக்கம் மற்றும் பலன்கள் யாவை?

(அல்லது)

- (ஆ) தடாசனம் செய்முறை மற்றும் பலன்கள்.

15. (அ) அடிமுதுகு வலி ஏற்படக்காரணம் என்ன?

(அல்லது)

- (ஆ) உணவு எவ்வாறு உண்ண வேண்டும் என்பதை பற்றி சுருக்கமாக எழுதுக.

அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடை தருக.

16. (அ) சர்க்கரை வியாதி உள்ளவர்களுக்கு மனித உடலில் எந்தெந்த உறுப்புகள் பாதிக்கப்படும் என்பதையும் அவற்றை சரிசெய்யும் முறையை பற்றி விளக்குக.

(அல்லது)

- (ஆ) அதிக உடல் எடை மூலமாக ஏன் முதுகுவலி வருகிறது அவற்றை தடுக்கும் சில விதிமுறைகளை பற்றி விவரி.

17. (அ) மூட்டு வலியும் அதன் வகைகள் அதன் உணவு முறைகளையும் பற்றி விவரி.

(அல்லது)

- (ஆ) நீரிழிவு நீங்க எளிமையான சித்த மருத்துவக் குறிப்புகள் பற்றி விவரி.

18. (அ) மனக்கவலையும் கழுத்து முதுகு வலியும் பற்றி விவரி.

(அல்லது)

- (ஆ) யோகாசனாவின் எட்டு படி நிலைகளை பற்றி சுருக்கமாக விவரி.

C-5521

Sub. Code

96638

**B.Sc. DEGREE EXAMINATION, APRIL 2022**

**Third Year**

**Astanga Yoga**

**பெண்களுக்கான யோகாசனங்கள்**

**(2016 onwards)**

Duration : 3 Hours

Maximum : 75 Marks

பகுதி அ

(10 × 2 = 20)

**அனைத்து வினாக்களுக்கு விடையளி.**

1. தியானம் என்றால் என்ன?
2. இஷ்ட தெய்வ பிரார்த்தனை – விவரி.
3. பயம் உள்ளவர்கள் செய்ய வேண்டியவை யாவை?
4. வாழ்க்கையின் இரகசியம் – விளக்குக.
5. பெண்களுக்கான யோகா என்றால் என்ன?
6. சாந்தி ஆசனம் சிறு குறிப்பு வரைக.
7. உட்கட்டாசனம் என்றால் என்ன?
8. பத்மாசனம் யார் யார் செய்யக் கூடாது? ஏன்?
9. ஐயப்பாசனம் என்றால் என்ன?
10. சப்த வஜ்ராசனம் பலன்கள் ஐந்து எழுதுக.

(அ) அல்லது (ஆ) வை தெரிவு செய்து அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடையளிக்க.

11. (அ) பெண்களுக்கான யோக சிகிச்சை குறித்து எழுதுக.

(அல்லது)

(ஆ) ஹாலாசனம், உசட்டாசனம் செய்முறை மற்றும் பலன்கள் யாவை?

12. (அ) தீய பழக்கத்தை விட முடியாதவர்களுக்கு யோகா எவ்வாறு உதவுகின்றது?

(அல்லது)

(ஆ) பெண்களும், அழகு சாதனங்களும் – விவரி.

13. (அ) முடி வளருவதற்கு, முடி பளபளக்க யோகாசனம் கூறும் அறிவுரைகள் யாவை?

(அல்லது)

(ஆ) முகம் அழகுபெற, முகச்சுருக்கம் மறைய யோகாசனம் எவ்வாறு பயன்படுகின்றது?

14. (அ) நௌகாசனம், பச்சி மோஸ்தாசனம் செய்முறை மற்றும் பலன்கள் குறித்து எழுதுக.

(அல்லது)

(ஆ) யோகாசனங்கள் செய்பவர்கள் கடைபிடிக்க வேண்டிய விதிமுறைகள் பற்றி விவரி.

15. (அ) வஜ்ராசனம், சப்த வஜ்ராசனம் குறித்து விரிவாக விளக்குக.

(அல்லது)

(ஆ) பெண்களின் நோய்களும் எளிய சித்த வைத்தியமும் – விளக்குக.

அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடையளிக்க.

16. (அ) மனக்கவலை, இறுக்கம் நீங்க நாடிசுத்திப் பயிற்சிகள் செய்ய வேண்டியவை மற்றும் செய்யக்கூடாதவை யாவை?

(அல்லது)

- (ஆ) தியானம் என்றால் என்ன, தினமும் தியானிக்கும் முறை தன்னை உணர்தல் பற்றி எழுதுக.

17. (அ) பத்மாசனம், யோக முத்ரா, வக்ராசனம், சலபாசனம், புஜங்காசனம் செய்முறை, பலன்கள், யார் யார் செய்யக் கூடாது குறித்து விளக்குக.

(அல்லது)

- (ஆ) சுகப்பிரசவம் உண்டாக, தாய்ப்பால் அதிகமாக, கர்ப்ப காலத்தில் வாந்தி கட்டுப்படுத்த நாடிசுத்தி எவ்வாறு பயன்படுகின்றது?

18. (அ) பெண்களுக்கான யோகாசனப் பயிற்சி முறை, யோகாசனங்கள் செய்பவர்கள் கடைபிடிக்க வேண்டிய விதிமுறைகள் குறித்து எழுதுக.

(அல்லது)

- (ஆ) மன அமைதியும், ஆரோக்கியமும் மனிதர் வாழ்வில் ஏற்படுத்தும் மாற்றங்கள் யாவை – விவரி?

**C-5666**

**Sub. Code**

**17/18/19/24/25  
/26/27/28**

**Common for all UG B.Sc./B.B.A  
DEGREE EXAMINATION, APRIL 2022**

**First Year/ Second Semester**

**ENVIRONMENTAL STUDIES**

**(2016 onwards)**

Duration : 3 Hours

Maximum : 75 Marks

**Part A**

(10 × 2 = 20)

Answer **all** questions.

1. Define Nature.
2. Name any two non - renewable energy resources.
3. What is conflicts?
4. Define overgrazing.
5. Write a note on sustainable life style.
6. What is Mega Diversity?
7. Define Hot spot.
8. What is Eutrophication'?
9. Make a note on noise pollution.
10. What is pollution?

**Part B**

(5 × 5 = 25)

Answer **all** questions.

11. (a) Give an account on the importance of environmental studies.

Or

- (b) How do you make public awareness on environmental issues? Explain.

12. (a) Write about the future problems upon over utilization of ground water.

Or

- (b) How the modern agriculture practices affects the quality of food resources? Explain.

13. (a) Give a detailed account on the problems in using fertilizer and pesticides on environment.

Or

- (b) Write a note on the concepts of ecosystem.

14. (a) Explain the energy flow in a forest ecosystem.

Or

- (b) Briefly explain the value of Biodiversity.

15. (a) What are the major threats to the Biodiversity? Explain.

Or

- (b) How do you document an environmental issue during the field visit? Explain.



**Part C**

(3 × 10 = 30)

Answer **all** questions.

16. (a) Give an account on utilization of renewable and non renewable energy resources.

Or

- (b) Discuss on the use of alternate energy resources for the future of the nation.

17. (a) Describe the in-situ and ex-situ method of Conservation of biodiversity.

Or

- (b) Give a detailed account on the status of Biodiversity at National and Global levels.

18. (a) Explain the control measures of Water pollution.

Or

- (b) Write in detail about hazards of radiation raised from Nuclear wastes.