



**B. S. PATIL COLLEGE, PARATWADA**

**QUESTION BANK**

**M.A. PART-1 (YOGA)**

**B. S. Patil Mahavidyalaya, Paratwada**  
**Question Bank**  
**M.A. Part-1 Sem-I**  
**Subject Name : P1-Fundamentals of Yoga (2071)**

**Multiple Choice Question (M.C.Q.)**

1. योग शब्द संस्कृत शब्दापासून व्युत्पन्न झाला आहे:  
अ) युज                      ब) योग                      क) योगेज                      ड) योजेन
2. 'योगचित्तवृत्ति निरोध' ही व्याख्या कोणी दिली ?  
अ) महर्षि व्यास                      ब) महर्षि पतंजली                      क) श्रीकृष्ण                      ड) महर्षि घेरंड
3. योगाला प्रथमच पद्धतशीर मार्गाने संकलित कोणी केले ?  
अ) महर्षि घेरंड                      ब) मत्स्येन्द्रनाथ                      क) गोरक्षनाथ                      ड) महर्षि पतंजली
4. योगाचे संस्थापक म्हणून कोणाला ओळखल्या जाते ?  
अ) महर्षि पतंजली                      ब) मत्स्येन्द्रनाथ                      क) हिरण्यगर्भ                      ड) महर्षि व्यास
5. 'हठयोग प्रदिपिका' या ग्रंथाचे लेखक कोण आहेत ?  
अ) महर्षि घेरंड                      ब) स्वामी स्वात्मराम  
क) महर्षि पतंजली                      ड) यापैकी नाही
6. हठयोग प्रदिपिकामध्ये एकूण किती अध्याय आहेत ?  
अ) 4                      ब) 5                      क) 6                      ड) 7
7. हठयोग प्रदिपिकेमध्ये कुंभकाच्या किती प्रकारांचे वर्णन केले आहे ?  
अ) 6                      ब) 7ापना                      क) 8                      १९६९                      ड) 9
8. हठयोग प्रदिपिकेनुसार हठयोगाचे पहिले अंग कोणते आहे ?  
अ) षटक्रिया                      ब) आसन                      क) प्राणायाम                      ड) सूर्य नमस्कार
9. 'हकार कशाशी संबंधित आहे .....  
अ) सूर्य नाडी                      ब) चंद्र नाडी                      क) सुषुम्ना नाडी                      ड) वरील सर्व
10. महर्षि घेरंडने हठयोगाच्या किती अंगांचे वर्णन केले आहे ?  
अ) 4                      ब) 6                      क) 7                      ड) 8
11. योगाचे जनक म्हणून कोणाला ओळखल्या जाते ?  
अ) मत्स्येन्द्रनाथ                      ब) शिवा                      क) महर्षि पतंजली                      ड) महर्षि घेरंड
12. समाधि पादामध्ये किती सूत्र आहेत ?  
अ) 45                      ब) 55                      क) 51                      ड) 61
13. साधन पादामध्ये किती सूत्र आहेत ?

- अ) 45                      ब) 55                      क) 61                      ड) 51
14. विभूती पादामध्ये किती सूत्र आहेत ?  
अ) 45                      ब) 55                      क) 34                      ड) 51
15. कैवल्य पादामध्ये किती सूत्र आहेत ?  
अ) 45                      ब) 55                      क) 34                      ड) 51
16. पतंजली योगसूत्रातील कोणत्या पादामध्ये 'योगचित्तवृत्ति निरोध' चे वर्णन केले आहे ?  
अ) समाधिपाद              ब) साधनपाद              क) विभूतीपाद              ड) कैवल्यपाद
17. पतंजली योगसूत्रानुसार एकूण किती चित्तवृत्ति आहेत ?  
अ) 4                      ब) 5                      क) 6                      ड) 7
18. खालीलपैकी कोणती प्रमाण वृत्ति आहे ?  
अ) प्रत्यक्ष              ब) अनुमान              क) आगम              ड) वरील सर्व
19. खालीलपैकी कोणती वृत्ति नाही ?  
अ) प्रमाण              ब) विकल्प              क) अभिनिवेश              ड) स्मृति
20. पतंजली योगसूत्रानुसार किती अन्तराय आहेत ?  
अ) 6                      ब) 7                      क) 8                      ड) 9
21. महर्षि पतंजलींनी अष्टांग योगाच्या किती भागाचे वर्णन केले आहे ?  
अ) 6                      ब) 7                      क) 8                      ड) 9
22. अष्टांग योगाचे पहिले पाच भाग कोणते आहेत ?  
अ) यम, नियम, आसन, धारणा, ध्यान              ब) यम, नियम, प्रत्याहार, आसन, धारणा  
क) यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार              ड) यम, नियम, आसन, प्रत्याहार, समाधि
23. अष्टांग योगानुसार यमाचे किती भाग आहेत ?  
अ) 4                      ब) 5                      क) 6                      ड) 7
24. खालीलपैकी कोणते यमाचे भाग आहेत ?  
अ) अहिंसा, सत्य, अस्त्येय, ब्रह्मचर्य, अपरिग्रह              ब) अहिंसा, सत्य, संतोष, तप, अपरिग्रह  
क) अहिंसा, सत्य, संतोष, ब्रह्मचर्य, अपरिग्रह              ड) शौच, संतोष, तप, स्वाध्याय, प्रणिधाना
25. हठयोग प्रदिपिकेमध्ये किती मुद्रांचे वर्णन केले आहे ?  
अ) 6                      ब) 8                      क) 10                      ड) 12
26. महर्षि घेरंडने किती मुद्रांचे वर्णन केले आहे ?  
अ) 22                      ब) 24                      क) 25                      ड) 28
27. घेरंड संहितेमध्ये किती बंधाचे वर्णन आहे ?  
अ) 3                      ब) 4                      क) 5                      ड) 6

28. उड्डियान बंधाच्या अभ्यासासाठी कोणती क्रिया उपयुक्त आहे ?  
अ) कपालभाती                      ब) वातसार                      क) अग्निसार                      ड) वारिसार
29. स्वामी स्वात्मारामानुसार कोणता बंध सर्वोत्तम आहे ?  
अ) मूलबंध                      ब) उडियान बंध                      क) जालंधर बंध                      ड) महाबंध
30. नौली क्रिया करण्यापूर्वी कोणती क्रिया केली पाहिजे ?  
अ) वातसार                      ब) वारिसार                      क) अग्निसार                      ड) यापैकी नाही
31. सांख्य तत्वज्ञानाचे संस्थापक कोण आहेत ?  
अ) कपिल                      ब) जैमिनी                      क) कनाद                      ड) गौतम
32. सांख्य तत्वज्ञानातील एकूण अध्यायांची संस्था आहे.  
अ) 4                      ब) 6                      क) 7                      ड) 8
33. सांख्य तत्वज्ञानातील एकूण सूत्रांची संख्या आहे.  
अ) 648                      ब) 1848                      क) 1740                      ड) यापैकी नाही
34. कोणत्या तत्वज्ञानानुसार, 'चेतना शाश्वत आहे आणि पुरुष अविनाशी आहे ?  
अ) सांख्य                      ब) योगा                      क) दोन्ही अ) आणि ब                      ड) यापैकी नाही
35. सांख्य तत्वज्ञानानुसार तत्वांची एकूण संख्या आहे:  
अ) 26                      ब) 25                      क) 22                      ड) 21
36. सांख्य तत्वज्ञानाने मनुष्यातील किती कर्मेद्रियांचे वर्णन करते आहे ?  
अ) 4                      ब) 5                      क) 7                      ड) 10
37. सांख्य तत्वज्ञानाने मनुष्यातील किती ज्ञानेन्द्रियांचे वर्णन केले आहे ?  
अ) 4                      ब) 5                      क) 6                      ड) 7
38. सांख्य तत्वज्ञानानुसार 'प्रकृति' चे वैशिष्ट्य काय आहे ?  
अ) प्रकृति स्वतंत्र आहे                      ब) प्रकृति अगम्य आहे  
क) प्रकृति अनंत आहे                      ड) वरील सर्व
39. सांख्य तत्वज्ञानानुसार 'पुरुष' चे कोणते वैशिष्ट्य नाही ?  
अ) पुरुष त्रिगुणात्मिक आहे                      ब) पुरुष संकुचित आहे  
क) पुरुष विषय आहे                      ड) वरील सर्व
40. सांख्य ये मुख्य तत्व आहेत.  
अ) प्रकृति-पुरुष                      ब) प्रकृति-अहंकार                      क) पुरुष-अहंकार                      ड) प्रकृति-पुरुष-अहंकार

## Short Answer Type Question

1. टिपा लिहा :-

अ) समाधिपाद

ब) साधनपाद

किंवा

टिपा लिहा :-

अ) विभूतिपाद

ब) कैवल्यपाद

2. टिपा लिहा :

अ) बंधाचे प्रकार मुद्रा

ब) षटचक्र

3. टिपणे लिहा.

अ) ईश्वर

ब) क्रियायोग

4. थोडक्यात उत्तरे लिहा. (कोणतेही दोन)

अ) बंधाची संकल्पना

ब) मुद्रेची संकल्पना

क) कुंडलिनीची संकल्पना

ड) षटकर्माची संकल्पना

5. टिपा लिहा :

i) हठप्रदिपिकेची विषय वस्तू

ii) घेरंड संहितेची विषय वस्तू

6. थोडक्यात उत्तरे लिहा. (कोणतेही दोन)

अ) चित्तवृत्ति

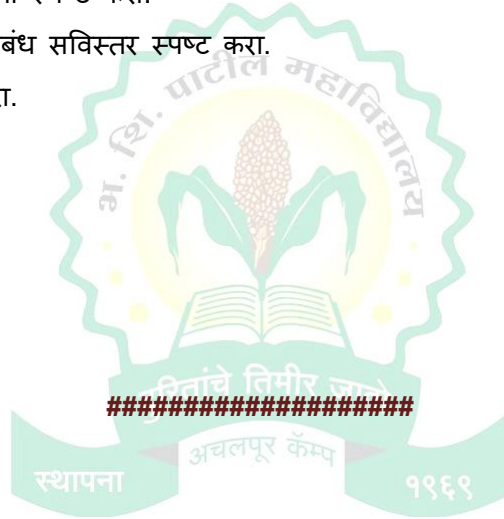
ब) चित्तप्रसादन

क) चित्तविक्षेप



## Long Answer Type Question

1. योगाचा अर्थ आणि संकल्पना सविस्तर स्पष्ट करा.
2. योगिक ग्रंथाची ऐतिहासिक पार्श्वभूमी चे थोडक्यात वर्णन करा.
3. साधनपादाची विषय वस्तू थोडक्यात स्पष्ट करा.
4. चित्तविक्षेपांची संकल्पना सविस्तर स्पष्ट करा.
5. अंतरंग योगाला सविस्तर स्पष्ट करा.
6. षटकर्माचे तंत्र आणि लाभांचे वर्णन करा.
7. सांख्य दर्शनाला थोडक्यात स्पष्ट करा.
8. योग आणि सांख्याचे संबंध थोडक्यात स्पष्ट करा.
9. योगाचा अर्थ आणि संकल्पनेचे वर्णन करून योगाचे ध्येय आणि उद्दिष्टे स्पष्ट करा.
10. हठप्रदिपिकाच्या विषयवस्तू चे वर्णन करा.
11. चित्तविक्षेप आणि चित्तप्रसादन या संज्ञा सोदाहरण स्पष्ट करा.
12. 'अष्टांगयोग' वर एक निबंध लिहा.
13. सांख्य दर्शनाच्या पंचवीस तत्वांना स्पष्ट करा.
14. योग आणि सांख्य या मधील संबंध सविस्तर स्पष्ट करा.
15. क्रियायोगाचे सविस्तर वर्णन करा.



**B. S. Patil Mahavidyalaya, Paratwada**  
**Question Bank**  
**M.A. Part-1 Sem-I**  
**Subject Name : P2-Anatomy and Physiology (2072)**

**Multiple Choice Question (M.C.Q.)**

1. क्रोमोझोन, पेशीच्या ..... मध्ये असतात.  
अ) न्युक्लीअस  
ब) सायटोप्लॅझम  
क) दोन्ही अ) आणि ब)  
ड) यापैकी नाही
2. पेशी मधिल तारक केंद्राचे कार्य ..... आहे.  
अ) ए.टी.पी. चा संचय  
ब) प्राणवायुचे वहन  
क) पोषण  
ड) यापैकी नाही
3. मायटोकान्डीया मध्ये ..... चा साठा असतो.  
अ) ग्लायकोजन  
ब) ए.टी.पी.  
क) फॅट  
ड) सर्वच
4. रक्त हे ..... पेशीजाल आहे.  
अ) आच्छादीत  
ब) संयुक्त  
क) स्नायू  
ड) यापैकी नाही
5. टिबीया हे ..... अस्थि आहे.  
अ) अनियमित  
ब) लहान  
क) प्रदीर्घ  
ड) यापैकी नाही
6. टॅलस हे ..... या प्रकाराची अस्थि आहे.  
अ) चपटी  
ब) लहान  
क) अनियमित  
ड) यापैकी नाही
7. कवटी ही ..... प्रकारची अस्थि आहे.  
अ) चपटी  
ब) लांब  
क) लहान  
ड) अनियमित
8. ट्रायसेप ही ..... स्नायू आहे.  
अ) ऐच्छिक  
ब) अनैच्छिक  
क) दोन्ही अ) आणि ब)  
ड) यापैकी नाही
9. स्नायूमधे ..... हे प्रथिने असतात.  
अ) एक्टिन  
ब) मायोसीन  
क) ट्रीपटोपॅन  
ड) सर्वच
10. निद्रा अवस्थेत, स्नायूतील ताण ..... असतो.  
अ) कमी  
ब) नसतो  
क) अधिक  
ड) यापैकी नाही
11. फुफ्फुसाची सामान्य श्वसन क्षमता ..... लिटर प्रति मिनिट असते.  
अ) 2-3  
ब) 7-8  
क) 4-5  
ड) 6-7
12. श्वसनाची गती प्रति मिनिटाला ..... असते.

- अ) 18-20                      ब) 20-22                      क) 8-10                      ड) 14-16
13. सामान्य श्वसन क्रिया ..... प्रकाराचे असते.  
अ) ऐच्छिक                      ब) अनैच्छिक  
क) दोन्ही अ) आणि ब)                      ड) यापैकी नाही
14. मेंदूच्या ..... ह्या भागात श्वसन केंद्र असतात.  
अ) सेरेब्रम                      ब) सेरेबेलम                      क) लंब मज्जा                      ड) यापैकी नाही
15. फुफ्फुसाच्या ..... ह्या भागात वायुची देवान घेवान होते.  
अ) ट्रॅचिया                      ब) ब्रॉन्कस                      क) वायुकोष                      ड) यापैकी नाही
16. सामान्य हृदयाची गती ..... प्रति मिनीट असते.  
अ) 50-54                      ब) 40-44                      क) 80-82                      ड) 70-74
17. हृदयाचे ..... आवाज ऐकू येतात.  
अ) तीन                      ब) दोन                      क) चार                      ड) एक
18. कारडीयाक सायकलचा ..... सेकंद अवधी असतो.  
अ) 0.4                      ब) 1.2                      क) 0.8                      ड) 1
19. हृदयातील झडपाच्या ..... मुळे आवाज उत्पन्न होतात.  
अ) बंद                      ब) उघडणे  
क) दोन्ही अ) आणि ब)                      ड) यापैकी नाही
20. हृदयाचा कारडीयाक आउटपुट ..... लिटर/मिनीट असतो.  
अ) 2-3                      ब) 7-8                      क) 4-5                      ड) 6-8
21. रक्तातील ..... पेशी मध्ये केंद्र नसतो.  
अ) श्वेत                      ब) लाळ                      क) कण                      ड) यापैकी नाही
22. रक्तातील प्लाज्मा प्रोटीन ..... आहेत.  
अ) अलब्युमीन                      ब) ग्लोबुलीन                      क) फिब्रीनोजन                      ड) सर्वच
23. रक्तातील ..... पेशीचे रक्त गोठवण्याचे कार्य आहे.  
अ) कण                      ब) लाळ रक्त                      क) श्वेत रक्त                      ड) यापैकी नाही
24. रक्तातील ह्या ..... पेशीत हिमोग्लोबीन असते.  
अ) श्वेत                      ब) कण                      क) लाळ                      ड) यापैकी नाही
25. कर्बोदकाचे पचन ..... ह्या अवयवात होते.  
अ) जठर                      ब) पक्वाशय                      क) दोन्ही अ) आणि ब)                      ड) यापैकी नाही
26. टायलीन पचन द्रव ..... ह्या स्त्रावात असतो.  
अ) आतडीतील                      ब) लार



- क) दोन्हीं अ) आणि ब) ड) यापैकी नाही
27. मोठ्या आतडीचे कार्य ..... चे शोषण करणे होय.  
 अ) पाणी व मीठ ब) फॅट क) ग्लुकोज ड) अमिनो एसिड
28. निरोगी माणसाच्या लघवी मध्ये ग्लुकोज .....  
 अ) नसतेब) असते क) कधी कधी असते ड) यापैकी नाही
29. रक्त ..... चे कार्य मूत्रपिंडात होते.  
 अ) गाळणे ब) शुद्धकरणे  
 क) शरीरात प्रवाहित करणे ड) यापैकी नाही
30. पित्त स्त्राव हा ..... च्या पचनास साह्य करतो.  
 अ) कार्बोदके ब) प्रोटीन क) फॅट ड) यापैकी नाही
31. कानातील व्हेस्टुब्युलर एपरेटस चे कार्य ..... आहे.  
 अ) ऐकणे ब) शरीराचा तोल सांभाळणे  
 क) दोन्हीं अ) आणि ब) ड) यापैकी नाही
32. शिर्षस्थ ग्रंथी ही ..... मध्ये असते.  
 अ) मान ब) पोट क) मेंदू ड) छाती
33. .... ह्या अवयवात रेटीना पडदा असतो.  
 अ) डोळे ब) कान क) नाक ड) जीभ
34. स्वादूपिंड ही ..... ग्रंथी पोटात असते.  
 अ) एकसोक्राईन ब) इन्डोक्राईन  
 क) दोन्हीं अ) आणि ब) ड) यापैकी नाही
35. स्त्रीयाच्या ओहरी मध्ये ..... न्यासर्ग असतात.  
 अ) इसट्रोजन ब) प्रोजेस्ट्रान  
 क) दोन्हीं अ) आणि ब) ड) यापैकी नाही
36. शरीराचा ..... हे लहान मेंदूचे कार्य आहे.  
 अ) संतुलन ब) स्थिती  
 क) दोन्हीं अ) आणि ब) ड) यापैकी नाही
37. प्रतिक्षिप्त क्रिया ..... ह्यात घडते.  
 अ) मज्जारज्जू ब) मेंदू  
 क) दोन्हीं अ) आणि ब) ड) यापैकी नाही
38. शरीराचे चैतन्य केन्द्र ..... ह्या मेंदूच्या भागात असतात.  
 अ) परायटल लोब ब) लंब मज्जा क) पान्स ड) यापैकी नाही

39. मेंदूच्या ..... हया लोब मध्ये मेमरी एरिया असते.

अ) टेम्पोरल

ब) परायटल

क) फ्रान्टल

ड) आक्सीपीटल

40. मेंदूच्या ..... हया लोब मध्ये दृष्टी केंद्र असते.

अ) फ्रान्टल

ब) आक्सीपीटल

क) टेम्पोरल

ड) परायटल



## Short Answer Type Question

1. थोडक्यात उत्तरे लिहा. (कोणतेही दोन)

- अ) स्नायुचे प्रकार
- ब) स्नायूची रचना व कार्य
- क) ताणन प्रतिक्रिप्त
- ड) स्नायूतान

2. कोणत्याही दोनवर टिपा लिहा.

- i) मेरुदंड
- ii) मानवी कान
- iii) दीर्घश्वसन

किंवा

- i) विश्रांति, झोप व शिथिलीकरण
- ii) श्वासपटल
- iii) अग्नाशय ग्रंथी

4. टिपणे लिहा :

- अ) पचन संस्थेच्या अवयवाचे कार्य
- ब) यूरो-जननेद्रीयच्या अवयवाचे कार्य

5. टिपा लिहा. (कोणतेही दोन)

- 1) श्वसन संस्थेची रचना आणि कार्य
- 2) हृदयाची रचना आणि कार्य
- 3) रामकृष्ण परमहंस

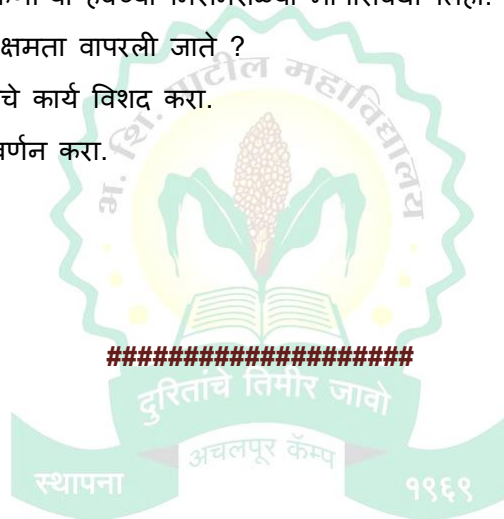
6. थोडक्यात उत्तरे लिहा. (कोणतेही दोन)

- 1) डोळ्यांची रचना आणि कार्य
- 2) स्वायत्त मज्जा संस्था
- 3) मेरुदंड रचना आणि कार्य



## Long Answer Type Question

1. मानवी शरीरात किती प्रकारच्या ऊती असतात ? त्यांची सर्वसाधारण रचना आणि कार्य थोडक्यात सांगा.
2. शरीरातील संस्था म्हणजे काय ? ती कशी तयार होते ? उदाहरणासहीत स्पष्ट करा.
3. स्ट्रेच टिफ्लेक्स म्हणजे काय ? आसनांचा अभ्यास करण्यासाठी त्याच्या विषयी जाणून घेणे का महत्वाचे आहे ?
4. टायडल व्हाल्युम, व्हायटल क्यपसिटी, मिनिट व्हॅन्टीलेशन व इन्स्पीरेटरी रिझर्व व्हाल्युम यांना स्पष्ट करा.
5. स्वायत्त मज्जासंस्था कोठे असते ते व तिची कार्य स्पष्ट करा.
6. थायरॉइड ग्रंथीचे कार्य लिहा. तिचे कार्य बिघडल्यास कोणते रोग होतात ते स्पष्ट करा.
7. प्रतिक्षिप्त क्रिया म्हणजे काय ? प्रतिक्षिप्त क्रियेची प्रक्रिया लिहा.
8. अनैच्छिक स्नायुंची रचना व कार्य उदाहरणासहीत स्पष्ट करा.
9. मानवी पेशीची रचना व कार्य वर्णन करा.
10. मूत्र लैंगिक अवयवांची रचना शरीरात कोठे असते ? त्यांचे कार्य लिहा.
11. सामान्य श्वसनात फुफ्फुसांमध्ये होणाऱ्या वायूच्या अदलाबदली ची प्रक्रिया स्पष्ट करा.
12. रक्तातील घटक कोणते ? त्यांचे कार्य काय ?
13. श्वसनाव्दारे घेऊ आणि सोडू शकणाऱ्या हवेच्या निरनिराळ्या मापांसंबंधी लिहा. (व्हाल्युम्स) प्राणायामामधे जागृतपणे कोठले माप (व्हाल्युम्स) आणि क्षमता वापरली जाते ?
14. अनैच्छिक (स्वायत्त) मज्जासंस्थेचे कार्य विशद करा.
15. डोळ्यांची रचना आणि कार्याचे वर्णन करा.



**B. S. Patil Mahavidyalaya, Paratwada**  
**Question Bank**  
**M.A. Part-1 Sem-I**  
**Subject Name : P3-Research Methodology (2073)**

**Multiple Choice Question (M.C.Q.)**

1. "संशोधन ही एक संघटित आणि पद्धतशीर चैकशी आहे" ही व्याख्या यांनी केली आहे ?  
अ) मार्शल                      ब) पी. व्ही. यंग                      क) एमोरी                      ड) केलिंगर
2. सद्यस्थिती सुधारण्याच्या उद्देशाने केलेल्या प्रयत्नांना संबोधले जाते.  
अ) संशोधन                      ब) आधुनिकीकरण                      क) औद्योगिकीकरण                      ड) प्रगती
3. .... पद्धतीने संशोधन प्रक्रिया चालविली जाते.  
अ) वैज्ञानिक                      ब) ऐतिहासिक                      क) सामाजिक                      ड) भौगोलिक
4. पुढीलपैकी कोणते संशोधन प्रक्रियेची वैशिष्ट्ये नाही:  
अ) तटस्थ                      ब) वस्तुस्थिती                      क) निःपक्षपाती                      ड) व्यक्तीपरक
5. खाली दिलेल्या यादीमध्ये, ती विधाने ओळखाजी संशोधनाचा अर्थ आणि वैशिष्ट्ये योग्य प्रकारे वर्णन करतात.  
अ) आनुमानिक आणि आगमनात्मक पद्धती संशोधन प्रक्रियेत समाकलित होतात  
ब) अर्थपूर्ण पश्नांची उत्तरे देण्यासाठी वैज्ञानिक पद्धतीचा उपयोग म्हणजे संशोधन होय  
क) संशोधनाद्वारे दिलेली उत्तरे प्रामाणिकपणे सत्यापित केली जाऊ शकतात  
ड) हे सर्व
6. चांगले संशोधन हे यावर आधारित आहे ?  
अ) आर्थिक माध्यम                      ब) सहकार्य                      क) गृहितक                      ड) पूर्वक्त
7. संशोधनाद्वारे नेहमीच केल्या जाते ?  
अ) जुन्या ज्ञानाची पडताळणी                      ब) नवीन ज्ञान अन्वेषण  
क) ज्ञानामधील अंतर भरून काढणे                      ड) वरील सर्व
8. संशोधन म्हणजे ?  
अ) पुन्हा पुन्हा शोधणे  
ब) कोणत्याही समस्येवर तोडगा काढणे  
क) कोणत्याही समस्येचे सत्य शोधण्यासाठी वैज्ञानिक मार्गाने कार्य करणे  
ड) वरीलपैकी काहीही नाही
9. संशोधनातील सामान्य चाचणीत यांना जास्त प्राधान्य दिल्या जाते:  
अ) विश्वसनीयता                      ब) उपयोगिता                      क) वस्तुस्थिती                      ड) वरील सर्व
10. संशोधकाचे आवश्यक गुण असे आहेत ?  
अ) अनिर्बंध चैकशीचा भाव                      ब) निरीक्षण आणि पुरावा यावर विश्वास  
क) व्यवस्थितकरण किंवा ज्ञानाचे सिद्धांत                      ड) वरील सर्व
11. संशोधन करण्यायोग्य समस्यांच्या स्रोतांमध्ये हे समाविष्ट असू शकते:  
अ) संशोधकांना शिक्षक म्हणून अनुभव येतात  
ब) व्यवहारिक समस्या ज्यांचे निराकरण आवश्यक आहे  
क) सिद्धांत आणि मागील संशोधन

- ड) वरील सर्व
12. एक संशोधन करण्यायोग्य प्रश्नाचे आवश्यक वैशिष्ट्य आहे:
- अ) प्रश्नाचे उत्तर देणे मनोरंजन वाटते  
 ब) डेटा संकलनाची शक्यता जी प्रश्नाचे उत्तर देण्याच्या प्रयत्नात गोळा केली जाऊ शकते  
 क) व्यापारीकरणाची शक्यता  
 ड) समाजात लक्षणीय सकारात्मक बदल
13. संशोधन गृहीतके आहेत:
- अ) वर्तमान संशोधनाचा आढावा  
 ब) चलांमधील अंदाजित संबंधांची विधाने  
 क) असे नमूद केले की त्यांना पुष्टी किंवा खंडन करता येईल  
 ड) दोन्ही ब) आणि क)
14. साहित्य कार्याचा आढावा येथून प्रारंभ होतो -
- अ) शोध प्रबंधन लेखन  
 ब) शोध प्रारंभ करण्यापूर्वी  
 क) संशोधन समस्या तयार करणे  
 ड) वरील सर्व
15. खालीलपैकी कोणती संशोधन प्रक्रिया सुरु करण्यासाठी पहिले पाऊल आहे ?
- अ) समस्या शोधण्यासाठी माहितीचे स्रोत शोध  
 ब) संबंधित साहित्याचे सर्वेक्षण  
 क) समस्येची ओळख  
 ड) समस्येवर तोडगा शोधणे
16. संशोधन करण्याच्या प्रक्रियेत "परिकल्पना तयार करणे" हे च्या पाठोपाठ येते:
- अ) उद्दिष्टांचे विधान  
 ब) डेटाचे विश्लेषण  
 क) संशोधन साधनांची निवड  
 ड) डेटा संग्रह
17. संशोधन चालू ठेवण्याकरिता पुढीलपैकी कोणत्या प्रारंभिक अनिवार्य आवश्यकता आहे ?
- अ) संशोधन आराखडा विकसित करणे  
 ब) संशोधन प्रश्न तयार करणे  
 क) डेटा विश्लेषण प्रक्रियेबद्दल निर्णय घेणे  
 ड) संशोधन गृहीतक बनविणे
18. ते चल, जे स्वतंत्र चल आणि आश्रित चलाच्या संबंधावर परिणाम करते त्यास ..... म्हणून ओळखले जाते.
- अ) पूर्ववर्ती चल  
 ब) पूर्वस्थिती चल  
 क) भविष्य कथन करणारे चल ड)  
 नियंत्रित चल
19. अन्वेषण सुरु होण्यापूर्वी संशोधन विषयावरील उपलब्ध वाङ्मयाचे परिपूर्ण आणि छिद्रान्वेषी वाचनाला ..... असे म्हणतात।
- अ) साहित्याचे संशोधन  
 ब) साहित्याचा आढावा  
 क) साहित्याचे मूल्यांकन  
 ड) साहित्याचे वर्गीकरण
20. संशोधन पद्धत ही ..... चा एक भाग आहे.
- अ) समस्या  
 ब) प्रयोग  
 क) संशोधन तंत्र  
 ड) संशोधन पद्धती
21. संशोधनाची गुणवत्ता - ही च्या द्वारे तपासली जाते:
- अ) संशोधनाचे प्रासंगिकता  
 ब) संशोधन करण्यासाठी अवलंबलेली पद्धत  
 क) संशोधनाची खोली  
 ड) संशोधनाचा अनुभव
22. लोकसंख्येच्या इतर सदस्यांपेक्षा येथे काही लोकांची निवड होण्याची अधिक शक्यता आहे. ते आहे:



- ब) संशोधनाची समस्या ओळखणे  
 क) आपण इंटरनेट वापरू शकता हे दर्शविण्यासाठी  
 ड) विश्वासाह संशोधन निष्कर्ष प्रदान करणे
31. साहित्याचा आढावा घेण्यास मदत होते:  
 अ) संशोधन समस्येवर स्पष्टता आणि लक्ष द्या  
 ब) संशोधन पद्धती सुधारित करा  
 क) आपल्या संशोधन क्षेत्रात आपला ज्ञान आधार विस्तृत करा  
 ड) वरील सर्व
32. साहित्याचा आढावा घेऊन माहितीला ..... चैकटीत क्रमवारी लावावी.  
 अ) युनिव्हर्सल                      ब) निवडक                      क) सैद्धांतिक                      ड) संकल्पनात्मक
33. साहित्य पुनरावलोकनासाठी जर्नलच्या लेखांचा काय फायदा आहे ?  
 अ) अद्ययावत माहिती प्रदान करते  
 ब) बयाच शेतातून निवडण्यासाठी बयाच जर्नल्स आहेत  
 क) लेखांचे सारांश वाचणे संबंधित लेख निवडण्यास मदत करते  
 ड) वरील सर्व
34. एक साहित्य पुनरावलोकन उत्तम प्रकारे परिभाषित केले आहे:  
 अ) एखाद्या विषयावर इंटरनेट शोधणे आणि निकाल पाहणे  
 ब) प्रकाशित केलेल्या संशोधनाचा अभ्यास करण्याची प्रक्रिया  
 क) प्रकाशित केलेल्या संशोधनाच्या अभ्यासाची प्रक्रिया आणि साहित्याचे काय पुनरावलोकन केले गेले याचा लेखी पुनरावलोकन  
 ड) संशोधकाने पुनरावलोकन केलेल्या विद्यमान संशोधनावर चर्चा करणाऱ्या संशोधन प्रकल्पाचा लेखी घटक
35. साहित्य पुनरावलोकनाबद्दल कोणती विधाने सत्य आहेत ?  
 अ) साहित्याचा आढावा एका विस्तृत विषयावर केंद्रित करणे आवश्यक आहे  
 ब) साहित्य पुनरावलोकन हा सध्याच्या संशोधनाचा सारांश आहे  
 क) साहित्य पुनरावलोकन हा आपल्या स्वतःच्या संशोधनाचा सारांश आहे  
 ड) साहित्य समीक्षा ही साहित्याची एक परीक्षा असते आणि हे संशोधकास काय शिकले हे जाणून घेण्यास सक्षम करते.
36. संबंधित साहित्याच्या पुनरावलोकनात खालील कोणत्या प्रकारच्या स्रोतांचा समावेश आहे ?  
 अ) प्राथमिक स्रोत                      ब) दुय्यम स्रोत                      क) आनलाइन स्रोत                      ड) वरील सर्व
37. इतर संशोधकांनी उत्पादित विद्यमान कामे ओळखणे, मूल्यांकन करणे आणि एकत्रित करण्यासाठी ही एक पद्धतशीर पद्धत आहे:



- अ) साहित्य  
क) संशोधन
- ब) संबंधित साहित्याचा आढावा  
ड) संदर्भित साहित्य
38. साइटवर लेखकाचे नाव, त्याची/तिची संपर्क माहिती आणि क्रेडेन्शियल्स (ओळखपत्रे) आहेत काहे आपण ओळखता तेव्हा आपण काय मूल्यांकन करता ?
- अ) लेखक  
ब) उद्देश्य  
क) विश्वसनीयता  
ड) वस्तुस्थिती
39. पुढीलपैकी कोणता चांगला संशोधन संदर्भ नाही ?
- अ) वित्तपत्र क्लिपिंग्ज  
ब) चित्रपट  
क) पुस्तके  
ड) जर्नल लेख
40. संबंधित साहित्याचा आढावा घेताना खालीलपैकी कोणती साइट/सर्च इंजिन वापरण्यास सूचविले जात नाही ?
- अ) विकिपीडिया  
ब) गूगल स्कालर  
क) जे. एस. टी. ओ. आर.  
ड) ई. बी. एस. सी. ओ. होस्ट



## Short Answer Type Question

1. थोडक्यात उत्तरे लिहा. (कोणतेही दोन)

अ) विश्लेषणात्मक संशोधन

ब) वर्णनात्मक संशोधन

किंवा

क) प्रायोगिक संशोधन

ड) मूल्यमापनात्मक संशोधन

2. टिपणे लिहा (कोणतेही दोनवर)

अ) संबंधित साहित्याच्या सर्वेक्षणाची गरज आणि उद्देश्य

ब) संबंधित साहित्याचे प्रकार

क) ग्रंथालयाच्या स्रोतांचा उपयोग

3. टिपा लिहा :

अ) संशोधन समस्यांचे स्थान

ब) संशोधन गृहीतकांचे प्रकार

4. टिपा लिहा :

अ) साहित्याचे स्रोत

ब) साहित्य शोधण्याच्या पायऱ्या

5. टिपा लिहा :

1) नमुन्याचे प्रकार

2) नमुन्याची गरज

6. टिपा लिहा :-

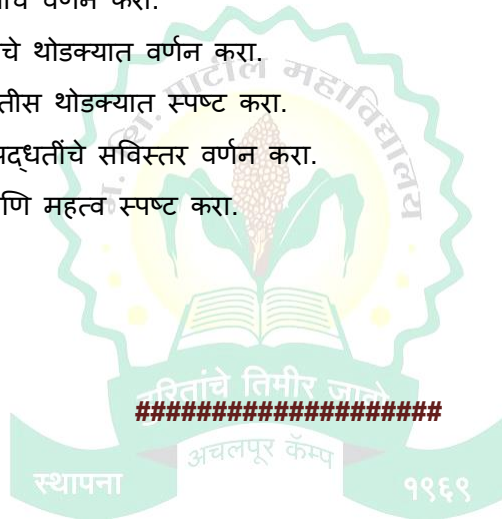
1) संभाव्यता नमुना पद्धती

2) गैर संभाव्यता नमुना पद्धती



## Long Answer Type Question

1. संशोधनाची व्याख्या लिहा आणि योग क्षेत्रातील त्याची संकल्पना स्पष्ट करा.
2. संशोधनाच्या वैशिष्ट्यांचे सविस्तर वर्णन करा.
3. संशोधन समस्या म्हणजे काय ? संशोधन समस्या निवडण्याच्या मानदंडांचे वर्णन करा.
4. संदर्भित साहित्य अवलोकनाची गरज सविस्तर वर्णन करा.
5. जनसंख्या म्हणजे काय ? स्तरित यादृच्छिक नमुना निवड पद्धतीचे सविस्तर वर्णन करा.
6. संशोधनाची व्याख्या लिहा आणि योगशास्त्रातील संशोधनाची आवश्यकता व व्याप्ती स्पष्ट करा.
7. चांगल्या संशोधकाच्या गुणांचे वर्णन करा.
8. संशोधन समस्येच्या सुत्रीकरणात सहभागी घटक लिहा.
9. गृहितकृत्याचा अर्थ, व्याख्या आणि स्वरूप लिहा.
10. साहित्य समालोचनाची आवश्यकता, अर्थ आणि व्याख्या लिहा.
11. साहित्य समालोचनाच्या स्रोतांचे वर्णन करा.
12. नमुना निवड पद्धतीच्या तंत्रांचे थोडक्यात वर्णन करा.
13. संभाव्यता नमुना निवड पद्धतीस थोडक्यात स्पष्ट करा.
14. गैर संभाव्यता नमुना निवड पद्धतीचे सविस्तर वर्णन करा.
15. निर्णायक पद्धतीची गरज आणि महत्व स्पष्ट करा.



**B. S. Patil Mahavidyalaya, Paratwada**  
**Question Bank**  
**M.A. Part-1 Sem-II**  
**Subject Name : P1-Yoga Methodology (2075)**

---

**Multiple Choice Question (M.C.Q.)**

1. शिक्षणाचा महत्वपूर्ण घटक कोणता आहे ?  
अ) संवाद कौशल्य    ब) ज्ञान    क) व्यक्तिमत्व    ड) सादरीकरण
2. शिक्षणाचे ध्येय कोणते आहे ?  
अ) शारीरिक विकास करणे    ब) मानसिक विकास करणे  
क) संपूर्ण व्यक्तिमत्वाचा विकास करणे    ड) बौद्धिक विकास करणे
3. शिक्षकाने विषयाला नियोजित वेळेमध्ये क्रमबद्धतेने प्रस्तुत करण्याला काय म्हणतात ?  
अ) पाठयोजना    ब) पाठ    क) योजना    ड) व्याख्यान
4. 'पाठयोजना लिखित रूपरेखा असते' असे कोणी म्हटले आहे ?  
अ) हरिहरन    ब) लैस्टर सैन्डस    क) एन. आर. स्वरूप    ड) यापैकी नाही
5. शिक्षकाने पाठयोजने संदर्भात कोणती काळजी घ्यावी ?  
अ) सुविधांची    ब) वेळ व्यवस्थापन    क) अध्यापन साहित्य    ड) वरील सर्व
6. पाठयोजनेमुळे कोणते फायदे होतात ?  
अ) वर्गावर नियंत्रण    ब) शिस्त    क) आत्मविश्वास जावो    ड) वरील सर्व
7. खालीलपैकी कोणते पाठयोजनेचे सिद्धांत आहेत ?  
अ) वेळ व्यवस्थापन    ब) उद्देश्य    क) क्रियाशीलता    ड) वरील सर्व
8. कोणती अध्यापनाची महत्वाची तत्वे आहेत ?  
अ) क्रियाशीलता    ब) प्रवर्तन    क) सहनशीलता    ड) वरील सर्व
9. कोणत्या घटकामुळे अध्यापन प्रभावित होत नाही ?  
अ) शिक्षकाचे वय    ब) सुविधा    क) वेळ व्यवस्थापन    ड) यापैकी नाही
10. कोणत्या घटकामुळे शिक्षण आणि नियोजन यावर परिणाम होतो ?  
अ) शिक्षक    ब) सुविधा    क) (अ) आणि (ब) दोन्ही    ड) यापैकी नाही
11. कोणत्या भागांमध्ये अध्यापन पद्धतींचे वर्गिकरण केल्या जाते ?  
अ) पुरातन-आधुनिक    ब) मध्यकालीन-आधुनिक    क) पुरातन-मध्यकालीन    ड) यापैकी नाही
12. अध्यापनाच्या पुरातन पद्धती कोणत्या आहेत ?  
अ) गृहकार्य    ब) व्याख्यान    क) प्रकल्प    ड) यापैकी नाही

13. खालीलपैकी कोणत्या अध्यापन पद्धती आहेत ?  
अ) व्याख्यान      ब) सामूहिक      क) मार्गदर्शनपर अभ्यास      ड) वरील सर्व
14. प्रदर्शनासह, व्याख्यान हे शिकविण्याची उत्तम पद्धती कोणती ?  
अ) ध्यान      ब) प्रत्याहार      क) यम      ड) नियम
15. प्राणायाम शिकविण्याकरीता कोणती सर्वोत्तम पद्धती आहे ?  
अ) व्याख्यान      ब) प्रदर्शन      क) प्रदर्शनासह व्याख्यान      ड) प्रकल्प
16. व्याख्यान पद्धतीचा योग्य उपयोगाणे कोणते फायदे मिळतात ?  
अ) चांगले श्रोते      ब) खराब श्रोते      क) (अ) आणि (ब) दोन्ही      ड) यापैकी नाही
17. प्रकल्प पद्धतीच्या पायऱ्या कोणत्या आहेत ?  
अ) प्रकल्पाची निवड आणि नियोजन      ब) कार्यवाही      क) मूल्यमापन      ड) वरील सर्व
18. प्रकल्प पद्धतीमुळे कोणत्या गुणांचा विकास होतो ?  
अ) निरुत्साह      ब) आत्मविश्वास      क) आळशीपणा      ड) यापैकी नाही
19. विद्यार्थ्यांना गृहकार्य कशाप्रकारचे दिले पाहिजे ?  
अ) एकसारखे      ब) रुची नसलेले      क) प्रेरणादायक      ड) यापैकी नाही
20. प्रदर्शन करतेवेळी कोणती काळजी घ्यावी ?  
अ) चुका होऊ न देणे      ब) साधन सामग्रीची पूर्तता,  
क) उतारे देण्याची तयारी      ड) वरील सर्व
21. कोणती अध्यापनपूरक साहित्य आहेत ?  
अ) फळा      ब) चित्रे      क) पुस्तके      ड) वरील सर्व
22. खालीलपैकी कोणते अध्यापनपूरक साहित्य नाही ?  
अ) विद्यार्थी      ब) शिक्षक      क) (अ) आणि (ब) दोन्ही      ड) चित्रे
23. अध्यापन साहित्याची आवश्यकता कशासाठी आहे ?  
अ) वर्गनियंत्रण      ब) उद्देश्यपूर्ती      क) आकलन क्षमता      ड) वरील सर्व
24. शामपट कोणत्या प्रकारचे अध्यापन साहित्य आहे ?  
अ) दृश्य साहित्य      ब) श्राव्य साहित्य      क) दृश्य-श्राव्य साहित्य      ड) यापैकी नाही
25. कोणत्या प्रकारामध्ये अध्यापन साहित्याचे वर्गिकरण केले आहे ?  
अ) दृश्य      ब) श्राव्य      क) दृश्य-श्राव्य      ड) वरील सर्व
26. समूह शिक्षणामध्ये किती शिक्षक कार्य करू शकतात ?  
अ) फक्त एक      ब) दोन किंवा दोन पेक्षा जास्त,  
क) (अ) आणि (ब) दोन्ही      ड) यापैकी नाही

27. समूह शिक्षणाचे महत्व काय आहे ?  
अ) शिक्षकांचा व्यावसायिक विकास      ब) विद्यार्थ्यांना विशेषज्ञांचा लाभ,  
क) विद्यार्थी केंद्रित शिक्षण      ड) वरील सर्व
28. सूक्ष्म शिक्षणाचे जनक कोण आहे ?  
अ) ए. डब्लू. एलन      ब) डॉ. डी. डी. तिवारी      क) डॉ. राधाकृष्णन      ड) यापैकी नाही
29. सूक्ष्म शिक्षणाची सुरुवात केव्हा आणि कुठे झाली ?  
अ) 1951- अमेरिका      ब) 1971 - भारत      क) 1961 - यूएसए      ड) 1941 - चीन
30. कोणत्या खेळामध्ये योगाचा सराव हा अधिक उपयुक्त आहे ?  
अ) जिम्नास्टिक      ब) पोहणे      क) घोडेस्वारी      ड) वरील सर्व
31. पाठांचे मुख्य प्रकार किती आहेत ?  
अ) पाच      ब) तीन      क) सहा      ड) आठ
32. खालीलपैकी कोणता पाठाचा प्रकार नाही ?  
अ) ज्ञान पाठ      ब) भावग्रहनात्मक पाठ      क) चर्चासत्र      ड) कौशल्य पाठ
33. सरावा दरम्यान कोणता पाठ उपयोगी आहे ?  
अ) ज्ञान पाठ      ब) कौशल्य पाठ      क) (अ) आणि (ब) दोन्ही      ड) यापैकी नाही
34. कोणत्या शिक्षणात निरीक्षण महत्वपूर्ण आहे ?  
अ) यम      ब) नियम      क) प्राणायाम      ड) प्रत्याहार
35. सर्वप्रथम शाळेत योग प्रात्यक्षिक वर्ग घेण्याकरीता कोणता घटक महत्वपूर्ण आहे ?  
अ) पायाभूत सुविधा      ब) शिक्षकाची उपस्थिती      क) खाली पोट      ड) ड्रेस
36. योग वर्गात सूचनांची घोषणा केव्हा केली पाहिजे ?  
अ) सराव करत असतांना      ब) सराव सुरु करण्याच्या अगोदर  
क) सराव केल्या नंतर      ड) वर्गाच्या मधात कधी ही
37. खालीलपैकी कोणता आसनाचा प्रकार नाही ?  
अ) वज्रासन      ब) शाम्भवी      क) भुजंगासन      ड) पर्वतासन
38. कोणता ध्यानात्मक आसनाचा प्रकार आहे ?  
अ) पदमासन      ब) धनुरासन      क) हलासन      ड) शवासन
39. खालीलपैकी कोणता षट्कर्माचा प्रकार आहे ?  
अ) नेती      ब) मयुरासन      क) शीतली      ड) जालंधर
40. हठयोगानुसार षट्कर्म किती प्रकारचे सांगितले आहे ?  
अ) पाच      ब) सहा      क) आठ      ड) नऊ

## Short Answer Type Question

1. थोडक्यात टिपणे लिहा.
  - अ) नियोजन आणि निरीक्षण
  - ब) क्षेत्रीय गतिविधि पाठ
2. टिपणे लिहा
  - अ) प्रदर्शन पद्धती
  - ब) प्रकल्प पद्धती
3. टिपणे लिहा :-
  - अ) समुह शिक्षण
  - ब) सूक्ष्म शिक्षण
4. टिपणे लिहा :-
  - अ) ज्ञान पाठ
  - ब) कौशल्य पाठ
5. टिपा लिहा :
  - अ) पाठ नियोजनाचे महत्व
  - ब) पाठ नियोजनात बाधक घटक
6. टिपणे लिहा :
  - अ) व्याख्यान
  - ब) गृहपाठ
7. थोडक्यात उत्तरे लिहा.
  - अ) अध्यापन पुरक साहित्याचे वर्गिकरण
  - ब) मुल्यांकन साधने



## Long Answer Type Question

1. पाठ नियोजनाचा अर्थ आणि व्याख्या स्पष्ट करा. ध्यान किंवा यम आणि नियम शिकविताना पाठ नियोजनाचे महत्व यावर चर्चा करा.
2. पाठ योजनेच्या व्याख्या करा. थोडक्यात त्याचे महत्व सांगा. पाठ योजनेच्या तयारीत बाधक घटकांविषयी चर्चा करा.
3. क्षेत्रीय गतिविधि पाठ (फिल्ड अकटीव्हीटी सेशन) आणि वर्गशिक्षण पाठ (क्लास रूम टिचिंग लेसन) ची ध्येय आणि उद्दिष्ट्ये आणि कार्यपद्धतींची तुलना आणि तफावत करा.
4. षट्कर्म आणि प्राणायामाच्या प्रात्यक्षिक पाठाच्या वेगवेगळ्या स्वरूपांची तुलना करा.
5. पाठ योजनेच्या नियोजन आणि निरीक्षणाचे विविध स्वरूप सांगा. पाठयोजनेच्या नियोजन आणि निरीक्षणाचे सर्वोत्तम स्वरूपांची थोडक्यात चर्चा करा.
6. वर्ग शिक्षण (टिचिंग ऑफ क्लासरूम) किंवा पाठ नियोजनावर परिणाम करणाऱ्या घटकांची चर्चा करा.
7. आसन शिकविण्याच्या विविध पद्धतींचे गुणवत्ता व दोष लिहा.
8. योग शिक्षणाच्या पारंपारिक व आधुनिक पद्धती सांगा आणि त्याच्या तुलनात्मक पैलूंची चर्चा करा.
9. मुल्यमापनाच्या विविध साधनांच्या पैलू सोबत मुल्यमापनाच्या नवीन दृष्टीकोनाची चर्चा करा.
10. उज्जाई प्राणायाम शिकविण्याकरीता व्याख्यानासह प्रदर्शनाचे ठळक वैशिष्ट्यांचे वर्णन करा.
11. गृहपाठ, असाइनमेन्ट पद्धती आणि प्रकल्प पद्धती च्या गुणदोषांची चर्चा करा.
12. षट्कर्मातील नेती किंवा वातक्रम कपालभातीच्या संदर्भात समूह शिक्षण आणि मायक्रो (सूक्ष्म) शिक्षणाच्या प्रक्रियेतील फरक सांगा.
13. विविध खेळांमध्ये कार्यक्षमता वाढविण्याकरीता योग शिक्षणाच्या भूमिके विषयी चर्चा करा.
14. अध्यापन पुरक साहित्याचा अर्थ, आवश्यकता, व्याख्या आणि वर्गीकरणाचे वर्णन करा. त्यांचा उपयोग करतांना काय सावधगिरी बाळगावयात हवी ?
15. ध्यान शिकविण्याच्या विविध पद्धती सांगून माध्यमिक शाळेतील विद्यार्थ्यांनकरीता सर्वोत्तम पद्धतीचे वर्णन करा.
16. प्रभावी शिक्षणाकरीता अध्यापन पुरक साहित्यांचे वर्गीकरण करून त्यांचा उपयोग करतांना बाळगावयाच्या सावधगिरीचे वर्णन करा.
17. 'समूह शिक्षण' आणि 'मायक्रो शिक्षण' ची ध्येय आणि उद्दिष्ट्ये, स्वरूप, उपयुक्तता आणि कार्यपद्धतींची तुलना आणि तफावत लिहा.
18. आसन शिकविण्याच्या पारंपारिक आणि आधुनिक पद्धतींच्या गुणदोषांची तुलना आणि तफावत लिहा.
19. आसन आणि मुद्रा करीता निरीक्षण पाठ योजना तयार करतांना घ्यावयाच्या विविध खबरदारी विषयी चर्चा करा.
20. कौशल्य पाठ आणि ज्ञान पाठाची ध्येय आणि उद्दिष्ट्ये, उपयुक्तता स्वरूप आणि कार्यपद्धतींची चर्चा करा. आणि कौशल्य पाठ आणि ज्ञान पाठाची तुलना करा.
21. कौशल्य पाठाचे गुण आणि दोषांचे वर्णन करा. आणि त्यांची तुलना रसग्रहण पाठाच्या गुणदोषांसोबत करा.
22. पद्मासन किंवा भुजंगासन कौशल्य पाठ योजनेच्या विविध गुणवैशिष्ट्यांचे वर्णन करा.
23. भ्रष्ट्रिका प्राणायामावर ज्ञान पाठाची रूपरेखा द्या किंवा नवितल्या विद्यार्थ्यांन करीता नौलीच्या ज्ञान पाठाची रूपरेखा द्या.
24. (10+2) च्या विद्यार्थ्यांनकरीता वस्त्रधौती किंवा उज्जाई प्राणायामाच्या पाठाचे नियोजन आणि निरीक्षणाचे वर्णन करा.

#####



**B. S. Patil Mahavidyalaya, Paratwada**  
**Question Bank**  
**M.A. Part-1 Sem-II**  
**Subject Name : P2-Physiology of Yogic Practices (2076)**

---

**Multiple Choice Question (M.C.Q.)**

1. शारीरिक आणि मानसिक आरोग्याला जोडणारा दुवा ----- आहे.  
अ) आत्मा ब) इंद्रिय क) विज्ञान ड) प्राण
2. मनोशारीरिक व्याधिचे कारण आहे :  
अ) मनातील नकारात्मक विचार ब) नकारात्मक भावना क) तणाव ड) वरील सर्व
3. मानसिक तणावामुळे शरीर ----- बदल घडून येतात.  
अ) रचनेत ब) क्रियेत क) अ) आणि ब) दोन्ही ड) यापैकी नाही
4. खालीलपैकी कोणते कथन मानसिक आरोग्याच्या बाबतीत असत्य आहे ?  
अ) केंद्रबिंदू सेरीब्रल कॉटेक्स ब) चिंतनाची विशेष भूमिका  
क) भावनात्मक विकासाची आवश्यकता ड) व्यक्तित्वाच्या व्यवहाराशी घनिष्ट संबंध
5. मानसिक स्तरावर सकारात्मक विचारांचे सिद्धांत ----- यात स्पष्ट केले आहे ?  
अ) यम ब) नियम क) अ) आणि ब) दोन्ही ड) यापैकी नाही
6. मानसिक आजाराला म्हटल्या जाते :  
अ) आधि ब) व्याधि क) आधि-व्याधि दोन्ही ड) यापैकी नाही
7. मानसिक आजारामध्ये यम-नियमांची भूमिका :  
अ) मनाला अनुशासनात ठेवण्याचे प्रशिक्षण ब) सुख-दुःखात स्थिर राहण्याचा अभ्यास  
क) अ) आणि ब) दोन्ही ड) यापैकी नाही
8. शारीरिक आणि मानसिक आरोग्यामध्ये परस्पर कशा प्रकारचा संबंध आहे ?  
अ) कुठलाही संबंध नाही ब) नकारात्मक संबंध आहे  
क) अन्योनाश्रित (परस्परावलंबित) संबंध आहे ड) यापैकी नाही
9. खालीलपैकी कोणते लक्षण तणावाच्या संज्ञानात्मक (Cognitive symptoms) लक्षणाचे नाही ?  
अ) आठवण न राहणे ब) एकाग्र न होवू शकणे  
क) क्षुब्ध अवधान ड) क्रोधित होणे
10. एक मानसिकरित्या बिमार व्यक्तित्वाचे लक्षण आहे :  
अ) मानसिक तणावाने ग्रस्त राहणे ब) सांवेगिक अस्थिरतेने ग्रस्त राहणे  
क) सामंजस्याचा अभाव ड) वरील सर्व

11. मेंदूमध्ये किती श्वसन केंद्रे असतात.  
अ) पाच ब) चार क) तीन ड) सहा
12. मेंदूत ----- या भागात श्वसन केंद्रे असतात.  
अ) मस्तिष्क पुच्छ ब) अनुमस्तिष्क सेतू क) अ) आणि ब) दोन्ही ड) यापैकी नाही
13. प्रमस्तिक (Cerebrum) च्या ----- लोम मध्ये दृष्टी केंद्र असते.  
अ) फ्रन्टल ब) परायटल क) ऑक्सीपिटल ड) टेम्पोरल
14. परानुकम्पी मज्जा संस्थेच्या सक्रियतेच्या वेळेस कोणत्या नासिकेतून श्वसनाचा प्रवाह वेगवान होवून जातो?  
अ) चन्द्र नाडी ब) सूर्य नाडी क) दोघानं मधून एकसमान ड) यापैकी नाही
15. ----- नाडी शोधन प्राणायामात, शरीराचे तापमान अधिक होते.  
अ) सूर्यभेदन ब) चंद्रभेदन क) अ) आणि ब) दोन्ही ड) यापैकी नाही
16. मुद्रांच्या अभ्यासाने कशाची निवृत्ति होते ?  
अ) दमा ब) जरा-मृत्यु क) कोढ ड) वरील सर्व
17. विषाच्या प्रभावाला नष्ट कमी करणारा प्राणायाम :  
अ) सित्कारी ब) शीतली क) उज्जायी ड) भ्रामरी
18. तणावामध्ये सर्वाधिक प्रभावशाली प्राणायाम आहे :  
अ) अनुलोम-विलोम ब) सित्कारी क) उज्जायी ड) अनुलोम-विलोम आणि भ्रामरी
19. हठप्रदिपिकेनुसार पित्तदोष निवारक अभ्यास आहे :  
अ) सूर्यभेदी ब) शीतली क) कपालभाती ड) वरील सर्व
20. हठप्रदिपिकेनुसार त्रिदोष निवारक प्राणायाम आहे :  
अ) सूर्यभेदी ब) सित्कारी क) उज्जायी ड) भस्त्रिका
21. वमन धौतीचे लाभ आहेत :  
अ) काम दोष निवृत्ति ब) पित्त दोष निवृत्ति  
क) कफ आणि पित्त दोष निवृत्ति ड) त्रिदोष निवृत्ति
22. नेती क्रियेमुळे कोणते लाभ होतात ?  
अ) खेचरी सिद्धी ब) कफ दोष निवृत्ति क) दिव्य दृष्टि ड) वरील सर्व
23. नौली क्रियेमुळे कोणते फायदे होतात ?  
अ) आनन्ददायक ब) उदररोग नाशक  
क) आनन्ददायक, जठराग्नी प्रदीप्त आणि विविध दोष-रोगनिवारक ड) चिन्तानाशक
24. कमर दुखण्यावर कोणते आसन उपयुक्त आहे ?  
अ) सेतुबंधासन ब) वीरासन क) गोमुखासन ड) शवासन



- क) चेतन मनाला बांधण्याचा अभ्यास                      ड) मनाला त्याच्या इच्छेनुसार साधले जाते
38. पाचन क्रियेचे रोग कोणत्या चक्राशी संबंधित आहे ?  
अ) मूलाधार      ब) स्वाधिष्ठान      क) मणिपूर      ड) अनाहत
39. कोणते उत्सर्जन क्रियेशी संबंधित चक्र आहे ?  
अ) मूलाधार      ब) स्वाधिष्ठान      क) मणिपूर      ड) अनाहत
40. हृदय रोगाचा संबंध कोणत्या चक्राशी आहे ?  
अ) मूलाधार      ब) स्वाधिष्ठान      क) मणिपूर      ड) अनाहत



## Short Answer Type Question

1. थोडक्यात टिपणे लिहा.  
अ) बस्ती  
ब) प्रणव जप
2. टिपणे लिहा  
अ) भ्रामरी प्राणायाम  
ब) शितली प्राणायाम
3. टिपणे लिहा :-  
अ) नादानुसंधान  
ब) मणिपूर चक्र
4. टिपणे लिहा :-  
अ) श्वसन केंद्र  
ब) मुद्रा
5. टिपा लिहा :  
अ) शिथिलीकरणाचे तंत्र  
ब) ध्यानातील क्रिया शास्त्रातील बदल
6. टिपणे लिहा :  
अ) प्रत्याहार  
ब) धारणा
7. थोडक्यात उत्तरे लिहा.  
अ) प्राणायामाचे उपचारात्मक महत्व  
ब) मुद्रांचे वैज्ञानिक महत्व



## Long Answer Type Question

1. ताण आणि स्वभावाचे योग व्यवस्थापन लिहा.
2. ताण आणि स्वभावाचे योगोपचाराचे व्यवस्थापन लिहा.
3. यमातील सिद्धांत पालल्याने मनुष्याच्या अयोग्य वागण्यात बदल होतो, स्पष्ट करा.
4. मानसिक आरोग्याचे, शरीर क्रियाविज्ञान शास्त्रातील बदल लिहा.
5. शरीराच्या विविध अवस्थेतील योग्य स्थिती ठेवण्यास, दोष निवारक चार आसनांचे फायदे कोणते ?
6. आसनाचे वर्गिकरण करून विश्रांतीकारक आसनांचे गुण वैशिष्ट्ये विषद करा.
7. आसनाचे वर्गिकरण करून तोलात्मक आसनांचे गुण वैशिष्ट्ये विषद करा.
9. श्वसन संस्थेच्या तंत्राचे वर्णन करा. सामान्य श्वसन आणि प्राणायामाची तुलना करा.
10. प्राणायामाचे विविध प्रकार सांगून त्यांचे फायदे विषद करा.
11. प्राणायामात श्वसन नियंत्रणाच्या तंत्राचे वर्णन करा.
12. प्राणायामाचे तंत्र लिहा आणि त्याचे शरीर क्रियात्मक परिणाम स्पष्ट करा.
13. सामान्य श्वसन आणि प्राणायामातील क्रिया शास्त्राच्या दृष्टीने फरक विषद करा.
14. षट्कर्म म्हणजे काय ? पचन संस्थेवर षट्कर्मांचे वर्णन करा.
15. आसनांचे वर्गिकरण करा आणि आणि संरक्षणात्मक आसनांचे शरीर क्रियात्मक फायदे लिहा.
16. आसनांचे वर्गिकरण करा आणि ध्यानात्मक आसनांचे शरीर क्रियात्मक फायदे लिहा.
17. कोणत्याही दोन हठयौगिक प्राणायामाचे उपचारात्मक महत्व लिहा.
18. त्राटकाचे विविध प्रकार लिहून त्यांचे फायदे लिहा.
19. नादानुसंधान आणि प्रणव जपाचे, स्वायत्त मज्जा संस्थेतील परिणाम लिहा.
20. शिथिलीकरणाच्या तंत्राचे शरीरक्रियात्मक परिणाम लिहा.
21. झोप आणि योगनिद्रेचे तुलनात्मक वर्णन करा.
22. योगनिद्रे बाबत सविस्तर लिहा.

#####

**B. S. Patil Mahavidyalaya, Paratwada**  
**Question Bank**  
**M.A. Part-1 Sem-II**  
**Subject Name : P3-Research Process in Yoga (2077)**

---

**Multiple Choice Question (M.C.Q.)**

1. खालीलपैकी कोणते प्रयोगात्मक संशोधनाचे आवश्यक वैशिष्ट्ये आहेत ?  
अ) नियंत्रण    ब) विश्लेषण    क) निरीक्षण    ड) वरील सर्व
2. प्रयोगात्मक संशोधन कोणत्या घटकांवर अवलंबून असते ?  
अ) प्रयोगाचे स्वरूप व उद्दिष्ट्ये    ब) प्रयोज्यकाचे गुण व पात्रता  
क) (अ) आणि (ब) दोन्ही    ड) यापैकी नाही
3. प्रयोगात्मक आराखडयाचे प्रकार किती आहेत ?  
अ) पाच    ब) दहा    क) आठ    ड) सात
4. पूर्व-प्रायोगिक आराखडयाचे प्रकार किती आहेत ?  
अ) 4    ब) 3    क) 2    ड) 1
5. खालीलपैकी कोणता प्रयोगात्मक आराखडयाचा प्रकार आहे ?  
अ) पूर्व प्रयोगात्मक    ब) यथार्थ प्रयोगात्मक    क) प्रयोग सादृश्य पद्धती    ड) वरील सर्व
6. खालीलपैकी कोणता पूर्व-प्रायोगिक अभिकल्पाचा प्रकार नाही ?  
अ) एक गट पूर्व उत्तर कसोटी अभिकल्प    ब) दोन गृहीत समान गट  
क) घटकात्मक अभिकल्प    ड) वरील सर्व
7. यथार्थ प्रयोगात्मक अभिकल्पाच्या वापरामुळे कोणत्या प्रकारच्या पाठयाशाचा प्रभाव नियंत्रित करता येतो ?  
अ) इतिहास    ब) कसोटी    क) मापनाची साधने    ड) वरील सर्व
8. यथार्थ प्रयोगात्मक अभिकल्पाचे किती प्रकार आहेत ?  
अ) 2    ब) 3    क) 4    ड) 5
9. प्रयोगात्मक संशोधनाच्या वैधतेचे प्रकार आहेत :  
अ) आंतरिक वैधता    ब) बाह्य वैधता    क) अ) आणि ब) दोन्ही    ड) यापैकी नाही
10. प्रयोगात्मक संशोधनाच्या वैधतेवर परिणाम करणारे घटक आहेत :  
अ) इतिहास    ब) परिपक्वता    क) परिक्षण    ड) वरील सर्व
11. 'समाजाला केलेले परिणामकारक व हेतूपूर्वक निवेदन' म्हणजे काय ?  
अ) अहवाल लेखन    ब) संशोधन प्रस्ताव    क) (अ) आणि (ब) दोन्ही    ड) यापैकी नाही
12. चांगल्या अहवाल लेखनाचा उद्देश आहे :

- अ) ज्ञानाचा प्रसार    ब) धोरण व उपाय योजना    क) नवीन संशोधन कार्याला चालना    ड) वरील सर्व
13. संशोधन प्रस्ताव खालीलपैकी कोणत्या हेतूंची पूर्तता करतो ?  
अ) कृती योजनेचे कार्य करणे    ब) संशोधक आणि मार्गदर्शक यातील करार करणे  
क) (अ) आणि (ब) दोन्ही    ड) यापैकी नाही
14. संशोधन प्रस्तावात सामान्यपणे कोणत्या घटकांचा समावेश असतो ?  
अ) संशोधन विषयाची ओळख    ब) संबंधित साहित्याचा आढावा    क) संदर्भ ग्रंथ सूची    ड) वरील सर्व
15. तळटीपा ह्या पानाच्या कोणत्या जागी टंकलिखित केलेल्या असतात ?  
अ) खालच्या    ब) वरच्या    क) मध्यभागी    ड) यापैकी नाही
16. तळटीपात कोणत्या भागाचा समावेश असतो ?  
अ) मजकूर    ब) रचना    क) (अ) आणि (ब) दोन्ही    ड) यापैकी नाही
17. तळटीपा लिहिण्याच्या काही परंपरा/रूढी कोणत्या आहेत ?  
अ) तळटीपांचा आकडा    ब) पुस्तकांचा उतारा    क) (अ) आणि (ब) दोन्ही    ड) यापैकी नाही
18. संदर्भग्रंथ सूची पानाच्या कोणत्या भागात टंकलिखित करावी ?  
अ) खालच्या    ब) वरच्या    क) मध्यभागी    ड) यापैकी नाही
19. खालीलपैकी कोणत्या पद्धतीला 'देवसंयोग' नमुना निवड पद्धती सुद्धा म्हटल्या जाते ?  
अ) लॉटरी पद्धती    ब) यादृच्छिक नमुना निवड पद्धती    क) कार्ड पद्धती    ड) ग्रीड पद्धती
20. खालीलपैकी कोणता यादृच्छिक नमुना निवड पद्धतीचा प्रकार आहे ?  
अ) लॉटरी पद्धती    ब) कार्ड पद्धती    क) (अ) आणि (ब) दोन्ही    ड) यापैकी नाही
21. मानवी जीवनात सांखिकीचे काय महत्त्व आहे ?  
अ) शासन संबंधास सहाय्य    ब) आर्थिक नियोजन    क) उद्योगाला सहाय्य    ड) वरील सर्व
22. तथ्यांचे मुख्यतः किती प्रकार आहेत ?  
अ) पाच    ब) दोन    क) तीन    ड) सहा
23. खालीलपैकी कोणती केंद्रीय प्रवृत्तीची परिमाणे आहेत ?  
अ) मध्यगा    ब) भूईष्टक    क) (अ) आणि (ब) दोन्ही    ड) यापैकी नाही
24. चलातील पदांच्या मूल्यांच्या बेरजेला त्यांच्या संखेने भागणे म्हणजे :  
अ) माध्य किंवा गणितीय माध्य    ब) बहुलक    क) भूमितीय माध्य    ड) मध्यगा
25. पदमालेतील सर्व घटकांची मांडणी चढत्या अगर उतरत्या क्रमाने केल्यास मध्यभागी येणाऱ्या घटकास म्हणतात  
अ) माध्य किंवा गणितीय माध्य    ब) बहुलक    क) भूमितीय माध्य    ड) मध्यगा
26. खालीलपैकी कोणत्या मध्यगा मापनाच्या पद्धती आहेत ?  
अ) साधी पदमाला    ब) खंडित पदमाला    क) संतंत पदमाला    ड) वरील सर्व



27. पदमालेत वारंवार आलेल्या घटकाचे मुल्यास काय म्हणतात ?  
 अ) माध्य किंवा गणितीय माध्य ब) बहुलक क) भूमितीय माध्य ड) मध्यगा
28. एका चांगल्या मध्याची वैशिष्ट्ये आहेत :  
 अ) प्रतिनिधित्व ब) निश्चितता क) सरलता ड) वरील सर्व
29. खालीलपैकी कोणता प्रकार काळचित्राच्या (हिस्टोग्राम) च्या प्रकारातील आहे ?  
 अ) एकचर कालिक चित्र ब) द्विचर कालिक चित्र क) त्रिचर कालिक चित्र ड) वरील सर्व
30. खालीलपैकी कोणते आलेखाचे प्रकार आहेत ?  
 अ) समय श्रेणी आलेख किंवा काळचित्र ब) आवृत्ती विवरण आलेख  
 क) (अ) आणि (ब) दोन्ही ड) यापैकी नाही
31. खालीलपैकी कोणती विचलनाची परिमाणे आहेत ?  
 अ) विस्तार ब) चतुर्थक क) प्रमाण ड) वरील सर्व
32. पदमालेतील महत्तम आणि न्यूनतम मूल्य यातील फरकाला काय म्हणतात ?  
 अ) विस्तार ब) चतुर्थक क) प्रमाण ड) वरील सर्व
33. विचलनाच्या मापनातील दोष दूर करण्यासाठी प्रमाण विचलन पद्धती कोणी व केंव्हा मांडली ?  
 अ) 1870 - एडवर्ड ब) 1893 - कार्ल पिअरसन क) 1818 - मार्क पिअर ड) यापैकी नाही
34. खालीलपैकी कोणते प्रमाण विचलनाचे गुण आहेत ?  
 अ) घटकांवर अवलंबून नसते ब) प्रगत गणितीय प्रक्रिया करता येते  
 क) संख्यांचा परिणाम होत नाही ड) यापैकी नाही
35. दोन किंवा अधिक चलामध्ये सहसंबंधाच्या मात्राचे माप म्हणजे काय ?  
 अ) सहसंबंध ब) प्रमाण क) चतुर्थक ड) यापैकी नाही १९६९
36. सहसंबंध गुणक काढण्यासाठी मुख्यतः कोणत्या पद्धतीचा वापर केला जातो ?  
 अ) स्पीअरमनची पद्धती ब) पिअरसनची पद्धती क) (अ) आणि (ब) दोन्ही ड) यापैकी नाही
37. सहसंबंध काढण्यासाठी पिअरसनने कोणती पद्धती शोधून काढली ?  
 अ) श्रेणी अंतर पद्धती ब) परिघात परिगुणन पद्धती क) अ) आणि ब) दोन्ही ड) यापैकी नाही
38. स्पिअरमनच्या सहसंबंध काढण्याच्या पद्धतीचे नाव काय आहे ?  
 अ) श्रेणी अंतर पद्धती ब) परिघात परिगुणन पद्धती क) शतमक ड) यापैकी नाही
39. असा बिंदू की ज्याच्या खाली विशिष्ट गुणांक येतात त्याला काय म्हणतात ?  
 अ) शतमक क्रम ब) शतमक क) शीतली ड) यापैकी नाही
40. 'ज्या मर्यादेपर्यंत व्यक्तिगत पद मूल्यात भिन्नता असते' त्याच्या मापास काय म्हणतात ?  
 अ) केंद्रीय प्रवृत्ति ब) विचलन क) सहसंबंध ड) नऊ

## Short Answer Type Question

1. थोडक्यात टिपणे लिहा.
  - अ) संशोधन सारांश लेखन
  - ब) टंकलेखन आणि छपाई
2. टिपणे लिहा
  - अ) ग्रंथसूची
  - ब) तळटिपा
3. टिपणे लिहा :-
  - अ) संशोधन आणि नीतीतत्व
  - ब) संशोधन अहवालाचा अनैतिक मार्ग
4. टिपणे लिहा :-
  - अ) प्रमाण विचलन
  - ब) विस्तार
5. टिपा लिहा :
  - अ) तथ्य
  - ब) स्तंभाकृती (हिस्टोग्राम)
6. टिपणे लिहा :
  - अ) पिअरसन पध्दत
  - ब) स्पिअरमन पध्दत
7. थोडक्यात उत्तरे लिहा.
  - अ) केंद्रीय प्रवृत्तिची मापे
  - ब) विचलनशिलतेची मापे



## Long Answer Type Question

1. प्रयोगात्मक विधिच्या पायऱ्यांचे वर्णन करा.
2. मुलभूत प्रायोगिक आराखड्याचे प्रकार लिहा व साधारण यादृच्छिक प्रारूप स्पष्ट करा.
3. एक समूह आणि समतुल्य समूह प्रयोगाचे वर्णन करा.
4. प्रयोगात्मक विधिच्या पायऱ्यांचे वर्णन करा.
5. संशोधन वैधतेचे प्रकार स्पष्ट करा.
6. प्रायोगिक संशोधन थोडक्यात स्पष्ट करा.
7. संशोधनातील आंतरिक व बाह्य वैधतेचे वर्णन करा.
8. संशोधन अहवालाच्या प्रमुख खंडांचे वर्णन करा.
9. 'संदर्भ ग्रंथावली आणि फुटनोट चे स्वरूप' वर एक टिपण लिहा.
10. 'संशोधन सारांश लेखन' वर टिपण लिहा.
11. वैज्ञानिक लेख (पेपर) लिहिण्याच्या पायऱ्या लिहा.
12. सांख्यिकीचा अर्थ, व्याख्या महत्व लिहा.
13. खाली दिलेल्या सारणीतील वर्गांतर व आवृत्ती दर्शविणारे हिस्टोग्राम काढा.

वर्गांतर	0-8	8-16	16-24	24-32	32-40
आवृत्ती	6	9	12	10	5

14. खाली दिलेल्या अंकांवरून हिस्टोग्राम (स्तंभाकृती) काढा.

वर्गांतर	11-20	21-30	31-40	41-50	51-60
आवृत्ती	5	8	13	10	6

15. 80 विद्यार्थ्यांच्या वर्गातील परीक्षेत विद्यार्थ्यांना प्राप्त झालेल्या गुणांचे मध्य प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष व स्टेप डेव्हीएशन पद्धती व्दारे काढा :

Marks Obtained	5	6	7	8	9	10	11	12
No. of Students	8	10	11	15	16	12	5	3

16. एम.ए.(योगशास्त्र) च्या विद्यार्थ्यांना 'रिसर्च प्रोसेस इन योग' या विषयात खालील प्रमाणे गुण प्राप्त झाले आहेत :

72 53 81 42 66 64 57 55 73 71

51 51 50 44 70 58 48 92 53 82

60 53 56 37 60 47 91 54 80 34

32 87 51 88 49 72 38 67 85 43

30-40, 40-50,..... असे वर्गांतर घेवून वारंवारिता सारणी तयार करा आणि विभाजित गुणांचे माध्य स्टेप डेव्हीएशन पद्धती व्दारे काढा.

17. केंद्रीय प्रवृत्तीची मापे कोणती आहेत ? खाली लिहिलेल्या तथ्यांवरून मध्य व मध्यांक काढा :

25 25 35 42 18

52 57 21 32 40

43 38 46 33 30

18. तथ्य संकलनाच्या दोन पद्धती लिहून, प्राथमिक व द्वितीयक स्रोत यातील फरक स्पष्ट करा.

19. मध्यमान विचलन म्हणजे काय ? खाली दिलेल्या सारणीतील तथ्यांवरून मध्यमान विचलन काढा :

वर्गांतर	29-31	26-28	23-25	20-22	17-19	14-16
आवृत्ती	2	3	4	3	2	1

20. खाली दिलेल्या पदांचे (तथ्यांचे) प्रमाण विचलन (स्टॅन्डर्ड डेव्हिएशन) काढा :

x : 12, 14, 16, 17, 18, 20, 23, 24

. प्रमाण विचलन (S.D.) वर एक टिपण लिहा.

