

M.A. / M.Sc.		MYS-C104					SEMESTER-I	
		Human Anatomy, Physiology & Yoga -1 मानव शरीर रचना, क्रिया विज्ञान एवं योग						
Total Lectures	Maximum Marks (MM)	Time	L	T	P	Sessional	End Semester Exam (ESE)	Total Credits
60	100	3 Hrs.	3	1	0	30	70	04

**नोट :** इस प्रश्न-पत्र में दो खंड होंगे- अ, और ब। “**खण्ड अ**” में दस लघु उत्तरीय प्रश्न होंगे, जिनमें से पाँच प्रश्न करने होंगे तथा प्रत्येक छः अंकों का होगा। “**खण्ड ब**” में आठ दीर्घ उत्तरीय प्रश्न होंगे, जिनमें से चार प्रश्न करने होंगे तथा प्रत्येक दस अंकों का होगा। प्रश्न-पत्र सम्पूर्ण पाठ्यक्रम को ध्यान में रखकर बनाया जाएगा।

**इकाई-1 कोशिका, उत्तक, शरीर- मन का परिचय-** मानवीय कोशिका- संरचना व इसके विभिन्न अवयवों के कार्य, उत्तक व प्रकार तथा कार्य। शरीर की परिभाषा, शरीर का षडंगत्व, पुरुष के आयुर्वेदोक्त चार भेद, चेतना, धातु पुरुष, पंच विंशति पुरुष, षड्धातु पुरुष, मन की परिभाषा, मन की उत्पत्ति, मन का स्थान, मन का निग्रह, मन के कर्म के संदर्भ में ध्यान समन्वय।

**इकाई-2 अस्थि तन्त्र एवं योग-** अस्थि की परिभाषा, अस्थि के भेद, अस्थि की संख्या, अस्थि की रचना, अस्थि के कार्य, तरूणास्थि का स्थान, तरूणास्थि के भेद और कार्य, सन्धि स्थल, प्रकार, घुटने व कशेरूका सन्धि-स्थल की रचना, अस्थि तंत्र पर योग का प्रभाव।

**इकाई-3 पेशीतन्त्र एवं योग -** मांस धातु की परिभाषा व उत्पत्ति पेशी का परिचय, पेशियों की संख्या व शरीर की इन प्रधान पेशियों का संक्षिप्त परिचय यथा फ्रन्टेलिस, आक्सीपीटेलिस, टैम्पोरेलिस, स्टर्नोक्लीडोमैस्टायड, लैटिसमस, डोरसाई, ट्रीपोजियस, रैक्टस, एबडोमिनिस, डायाफ्राम, डैल्टायड, वाइसैप्स, ट्राईसैप्स, ग्लूटियस मैक्सीमस, फेमोरेलिस, सारटोरियस, गैस्ट्रोक्नीमियस। पेशी के भेद, पेशी की रचना, पेशी के कार्य, योग का पेशी तन्त्र पर प्रभाव।

**इकाई-4 श्वसन तन्त्र एवं योग-** श्वसन की परिभाषा, श्वसन के भेद, श्वसन तन्त्र की रचना, श्वसन की क्रिया-वाह्य व आन्तरिक, गैसों का परिवहन, श्वसन-क्रिया की नियंत्रण प्रक्रियायें। श्वसन क्षमताएं व आयतनों की संक्षिप्त जानकारी, श्वसन तन्त्र पर योग का प्रभाव। प्राण की परिभाषा और भेद, प्राणायाम का महत्व।

**इकाई-5 अन्तःस्त्रावी तन्त्र एवं योग-** अन्तःस्त्रावी व बहिःस्त्रावी ग्रन्थियां, एन्जाइमस व हार्मोन में अन्तर, पीयूष ग्रन्थि, पिनियल ग्रन्थि, परिचुल्लिका ग्रन्थि, चुल्लिका ग्रन्थि, थायमस ग्रन्थि, अग्नाशय तथा एड्रीनल ग्रन्थि, डिम्ब व अण्डकोष ग्रन्थियों की स्थिति, हार्मोन व उनके कार्य, योग का अन्तःस्त्रावी ग्रन्थियों पर प्रभाव।

#### संदर्भ ग्रंथ-

सुश्रुत (शरीर स्थान)- डॉ. भास्कर गोविन्द घाणेकर  
 शरीर रचना विज्ञान- डॉ. मुकुन्द स्वरूप वर्मा  
 शरीर क्रिया विज्ञान- डॉ. प्रियवृत्त शर्मा  
 शरीर रचना व क्रिया विज्ञान- डॉ. एस. आर. वर्मा  
 आयुर्वेदीय क्रिया शरीर- वैद्य रणजीत राय देसाई