

(FOR THE CANDIDATES ADMITTED
DURING THE ACADEMIC YEAR 2023 ONLY)

23HEC505

REG.NO. :

N.G.M.COLLEGE (AUTONOMOUS) : POLLACHI

END-OF-SEMESTER EXAMINATIONS : NOVEMBER-2025

UG DEGREE COURSES (AIDED & SF)

MAXIMUM MARKS: 50

SEMESTER: V

TIME : 2 HOURS

PART – V

HUMAN EXCELLENCE-NATIONALVALUES & SKY YOGA PRACTICES -V

SECTION – A

(10 X 1 = 10 MARKS)

ANSWER THE FOLLOWING QUESTIONS.

MULTIPLE CHOICE QUESTIONS.

(K1)

1. The country having the largest railway in the world is _____.
a) America b) Japan c) India d) China
2. The individual in the world has the most statues dedicated to _____.
a) Budha b) Mahathma Gandhi c) Bharathiar d) Bharathithaasan
3. _____Plans were given by Vethathiri Maharishi for the world order of holistic life.
a)14 b) 10 c) 15 d) 8
4. _____ is one of the Indian ways of philosophy known to the world.
a) Morality b) Charity c) Niyayam d) Duty
5. Seventh centre of the Nine centre meditation _____.
a) Mooladhar b) Anagatha c) Agna d) Thuriya

ANSWER THE FOLLOWING IN ONE (OR) TWO SENTENCES.

(K2)

6. What do you mean by enlightened citizenship?
7. Define - Hatha Yoga.
8. What are the two goals of Unity?
9. What are the six religious sects?
10. Write any two benefits of Dhanurasana.

SECTION – B

(5 X 8 = 40 MARKS)

ANSWER EITHER (a) OR (b) IN EACH OF THE FOLLOWING QUESTIONS.

(K3)

11. a) Explain the significance of Enlightened Citizenship.
(OR)
b) Write an essay on the Emerging India.
12. a) Explain the importance and practice of Hata Yoga.
(OR)
b) Explain the Greatness of Indian Culture.
- 13.a) Write an essay on India and Peace.
(OR)
a) Write in detail about the message that India is conveying to the world.
14. a) Write an essay on "Service and Sacrifice".
(OR)
b) Analyse India and Spirituality.
15. a) Explain Nine centre meditation practice and its benefits.
(OR)
b) Write in detail performing Mandugasana, Navasana, Bujangasana practice and its benefits.

(2023 - ஆம் கல்வியாண்டில் சேர்க்கப்பட்ட
மாணவ-மாணவியருக்கு மட்டும்)

23HEC505

REG.NO.:

நல்லமுத்துக் கவுண்ட-உமகாலிங்கம் கல்லூரி (தன்னாட்சி) பொள்ளாச்சி

பருவ இறுதித் தேர்வுகள் நவம்பர்- 2025

இளநிலை பட்ட வகுப்புகள் (அரசமற்றும் சுயநிதிபிரிவு)
ஜந்தாம் பருவம்

மதிப்பெண்கள் 50
காலம் :2 மணிநேரம்

பகுதி - 4

மனிதவளமாண்புக் கல்வி-தேசிய விழுமியங்கள் மற்றும் SKY யோகப் பயிற்சிகள் - V
பிரிவு- அ (10 X 1 = 10 மதிப்பெண்கள்)

அனைத்து வினாக்களுக்கும் விடையளிக்கவும்.

சுரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுக்கவும்.

K1

- உலகிலேயே மிகப்பெரிய ரயில்வே அமைப்பு உள்ள நாடு _____ ஆகும்.
அ) அமெரிக்கா ஆ) ஜப்பான் இ) இந்தியா ஈ) சீனா
- உலகம் முழுவது தனி மனிதனுக்கு எடுத்த சிலைகளில் அதிக எண்ணிக்கை
கொண்டது _____ சிலைகளாகும்
அ) புத்தர் ஆ) காந்தியடிகள் இ) பாரதியார் ஈ) பாரதிதாசன
- வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்கள் உலகசமுதாய வாழ்க்கை நெறியாக _____
திட்டங்களை வகுத்துக் கொடுத்துள்ளார்கள்.
அ) 14 ஆ) 10 இ) 15 ஈ) 8
- உலகம் கண்டுணர்ந்த இந்திய தத்துவ முறைகளில் ஒன்று _____
அ) வாய்மை ஆ) ஈகை இ) நியாயம் ஈ) கடமை
- ஒன்பது மைய தவத்தின் ஏழாவது மையம் _____
அ) மூலாதாரம் ஆ) அநாகதம் இ) ஆக்கினை ஈ) துரியம

அனைத்துவினாக்களுக்கும் ஒரே சொற்களில் /தொடர்களில் விடையளிக்கவும்.

K2

- செம்மாந்த குடியரிமை என்றால் என்ன?
- ஹடயோகம் வரையறு.
- ஒற்றுமையின் இரு நோக்கங்கள் யாவை?
- ஆறு சமயங்கள் யாவை?
- தனுராசனத்தின் நன்மைகள் இரண்டினை எழுதுக.

பிரிவு-ஆ

(5X8=40 மதிப்பெண்கள்)

கீழ்க்காணும் வினாக்களில் (அ) அல்லது (ஆ) வினாக்களுக்குநான்குபக்கஅளவில் விடையளிக்கவும் (K3, K4)

- அ) செம்மாந்த குடியரிமையின் அவசியம் குறித்து விளக்குக.
(அல்லது)
ஆ) வளர்ந்து வரும் இந்தியா பற்றி கட்டுரை வரைக.
- அ) ஹட யோகத்தின் பயிற்சி முறை மற்றும் முக்கியத்துவத்தை விளக்கி கட்டுரை வரைக
(அல்லது)
ஆ) இந்திய கலாச்சாரத்தின் மேன்மை குறித்து விளக்குக.
- அ) இந்தியாவும் அமைதியும் குறித்து விரிவாக கட்டுரை வரைக.
(அல்லது)
ஆ) இந்தியா உலகுக்கு வழங்கும் செய்தி குறித்து கட்டுரை வரைக
- அ) தொண்டும் தியாகமும் குறித்து ஆராய்க.
(அல்லது)
ஆ) இந்தியாவும் ஆன்மீகமும் குறித்து கட்டுரை வரைக.
- அ) ஒன்பது மைய தவம் செய்புறை விளக்கம் மற்றும் நன்மைகளை விவரி
(அல்லது)
ஆ) மண்டுக்காசனம், நவாசனம், புஜங்காசனம் செய்புறை மற்றும் நன்மைகளை விளக்குக.
