Hemchandracharya North Gujarat University
Patan
NAAC Accreditation “B”

FACULTY OF EDUCATION
New Syllabus
Of
Diploma in Yog Education (D.Y.Ed.)

With Semester / CBCS / Grading Pattern
Semester I & II
W.E.F. June – 2011

Date : 28/06/2011 Total : 11+11=22

હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી - પાટણ

સેમેસ્ટર પધ્ધતિ ડી.વાય.એડ. અભ્યાસક્રમ જૂન-૨૦૧૧

(૧) **પ્રવેશ પાત્રતા :-**

(અ) હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટીની કોઈ પણ સ્નાતક પદ્‌વી અથવા અન્ય યુનિવર્સિટી તેમજ સમકક્ષી સ્નાતક પદ્‌વી ધરાવનાર વ્યક્તિ પ્રવેશને પાત્શ્ર ગણાશે.

(બ) પ્રત્યેક વર્ષે ૧૫, જુનના રોજ ૧૮ વર્ષથી વધારે ઉંમરની વ્યક્તિ પ્રવેશપાત્ર ગણાશે.

(ક) માન્ય દાકતરનું મેડીકલ ફિટનેશ પ્રમાણપત્ર જરૂરી.

(૨) **પ્રવેશ પસંદગીમાં અગ્રીમતા :**

(અ) યોગાસન સ્પર્ધામાં રાજય, રાષ્ટ્રીય કે આંતર રાષ્ટ્રીય કક્ષાએ ભાગ લીધેલ હોય .

(બ) આંતર કોલેજ તેમજ આંતર યુનિવર્સિટી કક્ષાએ યોગાસન સ્પર્ધામાં ભાગ લીધો હોય.

(ક) શ્રી લકુલીશ યોગ સંસ્થાઓમાં (લાઈફ મિશન) કાયાવરોહણ સંચાલિત વિવિધ યોગ અભ્યાસક્રમો પૂર્ણ કરેલા હોય.

(ડ) પરંપરાગત યોગ સંસ્થાઓમાં યોગસબંધિત તાલીમ કોર્સ કરેલ હોય.

(ઇ) અન્ય યુનિવર્સિટી કે સંસ્થાઓમાં પ્રમાણપત્ર કોર્સ પૂર્ણ કરેલ હોય.

(ઈ) વધુ શૈક્ષણિક લાયકાત અને અનુભવને ધ્યાને લેવા.

(૩) **અભ્યાસક્રમની સમયાવધિ :**

આ અભ્યાસક્રમ પૂર્ણ સમયનો અને શૈક્ષણિક વર્ષની સમય અવધિનો રહેશે અને શૈક્ષણિક સત્ર સેમીસ્ટર પધ્ધતિ ૧ અને ૨ માં વહેંચાયેલું હશે. યુનિવર્સિટીના ધારાધોરણ તેમજ વખતોવખત બદલાતા નિયમાનુસાર વિધાર્થીની સૈધ્ધતિક અને પ્રાયોગિક વર્ગમાં હાજરી જરૂરી રહેશે.

(૪) **અભ્યાસક્રમની વિદ્યાશાખા :**

આ અભ્યાસક્રમ શિક્ષણની વિદ્યાશાખાના અધિકારક્ષેત્રે નીચે ચાલશે અને તેની અભ્યાસ સમિતિ અલગ રહેશે.

(૫) **વિદ્યાર્થી સંખ્યા અને શિક્ષક-વિદ્યાર્થી પ્રમાણે અંગે.**

અભ્યાસક્રમમાં વિદ્યાર્થીઓની સંખ્યા ૩૦ કે યુનિવર્સિટી દ્વારા જે ફાળવવામાં આવે તે મુજબ રહેશે. અને તેનું પ્રમાણ ૧: ૧૨ નું રહેશે. આ અંગે પ્રવર્તમાન નિયમોનો આદર કરાશે.

યોગઅભ્યાસ સ્થળ : પ્રદુષણ મુકત શાંત વિસ્તારમાં તમામ માળખાકીય સુવિધા સાથે લાઈબ્રેરી, કોમ્પ્યુટર, પ્રાયોગિક પ્રયોગશાળા, ટીચિંગ લર્નીંગ માટે અધતન સુવિધા તેમજ જરૂરી મહેકમ સ્ટાફ ફાળવવો જરૂરી.

યુનિવર્સિટી કે પરંપરાગત યોગ ડિપ્લોમાં પદ્‌વી ધારક કે સમકક્ષ સબંધિત અભ્યાસક્રમ કરેલ તેમજ અનુભવ ધરાવતાં તજજ્ઞ તરીકે કે મુલાકાતી અધ્યાપકને નિમંત્રણ આપી શકાશે. મુલાકાતી અધ્યાપકશ્રીને યુનિવર્સિટી વખતોવખત જે નકકી કરે તે પ્રમાણે માનદ્ પુરસ્કાર, ટી.એ., ડી.એ. ચૂકવવાનું રહેશે.

(૬) **વિદ્યાર્થી પ્રવેશ પધ્ધતિ** :

યુનિવર્સિટી વખતોવખત જે માર્ગદર્શન આપશે તે મુજબ પ્રવેશ કાર્યવાહી કરવાની રહેશે.

(૭) **પરીક્ષા યોજના :**

ડિપ્લોમાં ઈન્ના યોગ એજયુકેશન (ડી.વાય.એડ)ની સત્રાંત પરીક્ષામાં પ્રથમ સેમીસ્ટરમાં સૈધ્ધાંતિક (થીયરી) અને કૌશલ્ય (યોગનું પ્રાયોગિક) તેમજ બીજી સેમીસ્ટરમાં સૈધ્ધાંતિક (થીયરી અને અધ્યાપન (પાઠનું પ્રાયોગિક) જે પરિશિષ્ઠ મુજબ છે.

ડી.વાય.એડ.ના પ્રશિક્ષણાર્થીઓ માટે પરીક્ષાના દરેક વિભાગમાં બાહ્ય પરીક્ષા : યુનિવર્સિટી દ્વારા તેમજ આંતરિક પરીક્ષા : સંબંધિત વિભાગ એકમાં કોલેજ દ્વારા યુનિવર્સિટી નિયમાનુસાર યોજવાની રહેશે.

(૮) **પરીક્ષામાં ઉત્તીર્ણ થવાનું ધોરણ અને વર્ગ :**

(અ) સૈધ્ધાંતિક વિભાગમાં દરેક પ્રશ્નપત્ર દીઠ ૪૦% ગુણ ઉત્તીર્ણ થવા માટે જરૂરી છે.

(બ) પ્રાયોગિક વિભાગના કૌશલ્ય અને અધ્યાપન ક્ષેત્રમાં ૫૦% ગુણ ઉત્તીર્ણ થવા માટે જરૂરી ગણાશે.

(ક) યુનિવર્સિટીના નિયમઅનુસાર ગ્રેડીંગ સીસ્ટમ પધ્ધતિ રહેશે.

હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી – પાટણ

<u>ડિપ્લોમા ઈન યોગ એજયુકેશન – D.Y.Ed. સેમેસ્ટર – ૨</u>

(અ) **<u>સૈધ્ધાંતિક (થીયરી) વિભાગ :</u>**

ક્રમ	વિષય કોડ	વિષયનામ	ક્રેડીટ	અધ્યાપન કલાક/અઠવાડીયું	આંતરીક ગુણ	બાહ્ય ગુણ	કુલ ગુણ
૧.	D.Y.Ed. 201	યોગ વિજ્ઞાન – ૨	૪	3+૧=૪	3૦	૭૦	૧૦૦
૨.	D.Y.Ed. 202	યોગ અને આરોગ્ય વિજ્ઞાન	૪	3+૧=૪	3૦	૭૦	૧૦૦
3.	D.Y.Ed. 203	નિસર્ગોપચાર એક્યુપ્રેશર અને પ્રાથમિક સારવાર	૪	3+૧=૪	3૦	૭૦	૧૦૦
૪.	D.Y.Ed. 204	યોગ શિક્ષણમાં પધ્ધતિઓ અને મેનેજમેન્ટ	૪	3+૧=૪	3૦	૭૦	૧૦૦
ઈલેક્ટીવ (ગમે તે એક)							
૫.	D.Y.Ed. 205	૧. યુવા અને સામાજીક કલ્યાણ **અથવા**	૪	3+૧=૪	3૦	૭૦	૧૦૦
		૨. પર્યાવરણ અને આપત્તિ વ્યવસ્થાપન	૪	3+૧=૪	3૦	૭૦	૧૦૦
કુલ			**૨૦**	**૧૫+૫=૨૦**	**૧૫૦**	**3૫૦**	**૫૦૦**

(બ) **<u>પ્રાયોગિક – પાઠ આયોજન :</u>**

વિષય કોડ	પાઠ આયોજન જૂથ	ક્રેડીટ	અધ્યાપન કલાક/અઠવાડીયું	આંતરીક ગુણ	બાહ્ય ગુણ	કુલ ગુણ
D.Y.Ed. 206	૧. આસન	૪	3+૧=૪	3૦	૭૫	૧૦૫
	૨. ષટ્કર્મ,પ્રાણાયામ, બંધમુદ્રા	૪	૨	૨૦	૭૫	૯૫
કુલ		**૮**		**૫૦**	**૧૫૦**	**૨૦૦**

હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી – પાટણ

SEMESTER – II D.Y.Ed. 201 - યોગ વિજ્ઞાન – ૨

એકમ-૧ : પ્રત્યાહાર અને ધારણા પરિચય

- પ્રત્યાહારની પરિભાષા, પરિચય, સ્વરૂપ, અને તેનું ફલસ્વરૂપ, પ્રત્યાહાર દ્વારા ઈન્દ્રિય નિગ્રહ, પંચ વિષયક પ્રત્યાહાર-પ્રત્યાહારના પ્રકાર, ધારણની પરિભાષા, પરિચય અને તેનું ફળ ધારણા સિધ્ધીમાં પ્રાણાયમનું મહત્વ, ધારણાના ત્રણ દેશ, શરીરમાં પંચતત્વનું ક્ષેત્ર અને તેની ધારણાં.

એકમ-૨ : ધ્યાન પરિચય

- ધ્યાનનછ પરિભાષા, પરિચય, પ્રયોજન, મહત્વ અને તેના લાભ, ધ્યાનના પ્રકાર, ધ્યાનના સ્થાન, સમય અને પૂર્વ તૈયારી, સામાન્ય નિયમો અને વિધિ, ધ્યાનનો વૈજ્ઞાનિક અભ્યાસ, ધ્યાનનો વ્યવહારિક ઉપયોગ, ધ્યાન દ્વારા પ્રાપ્ત થતી સિધ્ધીઓ અને મહત્વ, ધ્યાનની વિવિધ પધ્ધતિઓનો અભ્યાસ જેમ કે વિપશ્યના ધ્યાન, આનાપાસતિ ધ્યાન, ભાવાતિત ધ્યાન, પ્રેક્ષાધ્યાન વગેરે, ધ્યાનનું ચિકિત્સાત્મક દ્રષ્ટિએ મહત્વ.

એકમ-૩ : સમાધિ પરિચય

- સમાધિની પરિભાષા અને પરિચય, સમાધિના ભેદો-પ્રભેદો, સમાધિની અવસ્થાઓ અને નાદ પરિચય, યોગનું અંતિમ લક્ષ્ય-મોક્ષ (આત્મ દર્શન), શરીર-મન-બુધ્ધિનું પરમ સ્વાસ્થ્ય એટલે મોક્ષ (આત્મા દર્શન), આત્મ દર્શન, તેનુ વ્યક્તિના સમગ્ર વિકાસમાં મહત્વ, આત્મ દર્શન વિશેના અનુભવીઓના મંતવ્યો, આત્મ દર્શન જીવન સાધનાનો અંત કે દિવ્ય જીવનની શરૂઆત, અષ્ટ સિધ્ધિઓ

એકમ-૪ : નાડીઓ અને ષટકર્મોનો પરિચય

- નાડીઓનો પરિચય, મુખ્ય નાડીઓ તથા નાડી શુધ્ધિનો હેતુ, નાડીશુધ્ધિના લક્ષણો, ષટકર્મોનો પરિચય, પ્રયોજન, ફલશ્રુતિ તથા તેનો સ્વાસ્થ્ય પર પ્રભાવ, ષટકર્મોનો ઉદ્દેશ, પ્રકાર (ભેદ-પ્રભેદ-સાથે) તથા ફલશ્રુતિ સહિત ચિકિત્સકીય અભ્યાસ અને પ્રયોગવિધિ, ધૌતિ, બસ્તિ, નૈતિ, ત્રાટક, નૌલિ અને કપાલભાતિ

એકમ-૫ : ચક્રો, ગ્રંથિઓ, કુંડલિની મુદ્રા અને બંધ પરિચય

- ચક્રોનો પરિચય, ગ્રંથિઓનો પરિચય, કુંડલિનીનો પરિચય, મુદ્રાઓનો પરિચય, બંધોનો પરિચય

સંદર્ભ સાહિત્ય

(૧) મહર્ષિ અરવિંદ - ભૂતશુધ્ધિ ક્રિયા દ્વારા ચેતનાનો વિકાસ, મહર્ષિ અરવિંદ ફાઉન્ડેશન, મુંબઈ
વેબસાઈટ : www.pathofdivinelife.org

(૨) મહર્ષિ પત્રીજી - ધ્યાન આરોગ્ય વિજ્ઞાન પિરામીડ સ્પીરીચ્યુઅલ મુવમેન્ટ ઓફ ઈન્ડીયા
વેબસાઈટ : www.pssmovement.org

(૩) રાજર્ષિ મુનિજી - યોગ દર્શિકા ભાગ ૧ થી ૬

(૪) સ્વામી કૃપાલ્વાનંદ - ધ્યાન વિજ્ઞાન

(૫) સ્વામી શ્રી શિવાનંદ સરસ્વતી - ધ્યાન યોગ

(૬) સ્વામી શ્રી શિવાનંદ સરસ્વતી - કુંડલીની યોગ

(૭) સ્વ. નર્મદાશંકર પંડ્યા - પાતંજલ યોગ સૂત્ર

હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી – પાટણ

SEMESTER – II D.Y.Ed. 202 યોગ અને આરોગ્ય વિજ્ઞાન

એકમ-૧ : આરોગ્ય વિજ્ઞાન પરિચય

- આરોગ્ય વિજ્ઞાનની વ્યાખ્યા અને તેના જ્ઞાનની આવશ્યકતા, સ્વસ્થની નિરૂક્તિ અને વ્યાખ્યા, આરોગ્યનું પ્રયોજન, આયુર્વેદમતાનુસાર સ્વાસ્થ્ય વિચાર, આરોગ્યના લક્ષણો વ્યક્તિગત અને સામાજિક સ્વસ્થ વિચાર, આરોગ્ય માટેના જરૂરી ઘટકોનો પરિચય-૧, હવા પરિચય, આવશ્યકતા, હવાનું સંગઠન શુધ્ધ હવા-અશુધ્ધ હવા કૃત્રિમ હવા, પાણી પરિચય, આવશ્યકતા, પાણીના પ્રકાર, પાણીની અશુધ્ધિઓ અને તેને શુધ્ધ કરવાની રીત વગેરે, સુર્ય પ્રકાશ, આરોગ્ય માટેના જરૂરી ઘટકોનો પરિચય-૨, આહાર, નિદ્રા, શ્રમ અને વિશ્રામ, પ્રસન્નતા

એકમ-૨ : વ્યક્તિગત – સ્વસ્થવૃત : દિનચર્યા

- દિનચર્યાની વ્યાખ્યા, પરિચય, અને તેનું મહત્વ, દિનચર્યાના અંગ, દિનચર્યા અંગ-૧ ઉત્થાન, પ્રાર્થના-આત્મ ચિંતન, ઉષઃપાન, દંત ધાવન અને શૈચાદિ ક્રિયા, દિનચર્યા અંગ-૨, અભ્યંગપ વ્યાયામ, ઉદવર્તન અને સ્નાન, દિનચર્યા-૩, કેવલ, ગંડૂષ, નસ્ય, કર્ણપુરણ, વસ્ત્રધારણ, કેશપ્રસાદન, પાદુકા (પગરખા) ધારણ વગેરે, રાત્રી ચર્યા, નેત્ર-કર્ણ-દંત સ્વાસ્થ્ય રક્ષા.

એકમ-૩ : સામાજીક સ્વાસ્થ્ય

- સદ્વૃત (સદાચાર) અને યોગ, સ્વચ્છતા, આવાસની વ્યવસ્થા, સંક્રામક (ચેપી) રોગોથી બચવાના ઉપાયો ઉપાયો, વૈજ્ઞાનિક દ્રષ્ટિકોણથી આસનો, ક્રિયાઓ તથા પ્રાણાયામનો અભ્યાસ

એકમ-૪ : આહાર વિમર્શ અને પોષણ પરિચય

- આહારની વ્યાખ્યા, ઉદ્દેશ અને મહત્વ, આહારના ઘટકો-૧, કૌર્બોહાઈડ્રેડ, પ્રોટીન,ફેટ, આહારના ઘટકો-૨, ક્ષાર અને વિટામીન, આહાર વિધિ-નિયમો, વિરૂધ્ધાહાર, આહાર દ્રવ્ય (પ્રાણીજ, વનસ્પતિજ)
- પોષણની વ્યાખ્યા , પરિચય અને મહત્વ, સમતોલ આહાર, આહાર ઘટક, પ્રમાણ વિચાર, પોષણઃવય-લિંગ-વ્યવસાય, દેશ/સ્થાન મુજબ આહાર, સમ્યક પોષણ અને વિકાસ (શારીરિક-માનસિક-સામાજિક-આર્થિક), પોષણની ખામી (કુપોષણ) અને તે જન્ય રોગ તથા ઉપચાર

એકમ-૫ : ઋતુચર્યા પરિચય

- ઋતુની વ્યાખ્યા, ઋતુ વિભાજન –સંખ્યા-નામ-ઋતુચર્યા અને તેનું મહત્વ, શિશિર, વસંત અને ગ્રીષ્મ ઋતુચર્યા, વર્ષા, શરદ અને હેમંત ઋતુચર્યા, ઋતુ સંબંધિ પર્વો અને સ્વાસ્થ્ય, બ્રહ્મચર્ય અને સ્વાસ્થ્ય રક્ષા

પ્રાયોગિક કાર્ય, સ્પાયરોમીટરના ઉપયોગથી શ્વસન શક્તિ માપવી, હાથની નાડીના ધબકારા માપવા-યોગાસન પહેલા અને પછી નમનિયતા તેમજ સહનશક્તિ માપવી અને વિધાર્થીઓને વૈજ્ઞાનિક સમજ આપવી.

સંદર્ભ સાહિત્ય

(૧)	પટેલ હરિભાઈ કે.	-	સ્વસ્થવૃત, યુનિ.ગ્રંથ નિર્માણ બોર્ડ
(૨)	દેરાસરી હરિત રણજીત	-	માનવ શરીર રચના, શરીર ક્રિયા અને સ્વાસ્થ્ય વિજ્ઞાન
(૩)	ગાંધી જયશંકરદાસ ડી.	-	આહાર ચિકિત્સા
(૪)	વૈધ બાપાલાલ ગ.	-	દિનચર્યા
(૫)	વૈધ બાપાલાલ ગ.	-	માનવ આરોગ્ય (યુનિ. ગ્રંથ નિર્માણ બોર્ડ)
(૬)	મહર્ષિ અરવિંદ	-	ભૂતશુધ્ધિ ક્રિયા દ્વારા ચેતનાનો વિકાસ, મુંબઈ
(૭)	વિવેકાનંદ કેન્દ્ર	-	યોગ-અમદાવાદ
(૮)	આચાર્ય મહાપ્રજ્ઞ	-	જીવન વિજ્ઞાન સ્વસ્થ સમાજ સંરચનાં
(૯)	ડૉ. હરિકિશન ડી. ગાંધી	-	આહાર વિહાર અને આરોગ્ય
(૧૦)	સ્વામી સત્યાનંદ સરસ્વતી	-	સૂર્યનમસ્કાર, યોગ પબ્લીકેશન

હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી – પાટણ

SEMESTER – II D.Y.Ed. 203 નિસર્ગોપચાર,એક્યુપ્રેશર અને પ્રાથમિક સારવાર

એકમ-૧ : **નિસર્ગોપચાર પરિચય**

- નિસર્ગોપચાર, પરિચય અને ચિકિત્સા સિધ્ધાંત, નિસર્ગોપચાર ચિકિત્સાના અંગો(ઉપાયો) સુર્યસ્નાન અને વાયુસ્નાન, માલિશ અને વ્યાયામ, ઉપવાસ અને વિશ્રામ,

એકમ-૨ : **એક્યુપ્રેશર સારવાર પરિચય**

- એક્યુપ્રેશર પરિચય અને સિધ્ધાંત, એક્યુપ્રેશર અને સ્વાસ્થ્ય રક્ષા, મેરીડીયન્સ અને દબાણ બિંદુઓ, ઉપરોક્ત એકમ-૧ના રોગોની નિસર્ગોપચાર ચિકિત્સા

એકમ-૩ : **નિસર્ગોપચાર પ્રકાર અને પધ્ધતિ**

- જલોપચાર, માટી દ્વારા ઉપચાર, એનિમા, આહાર ચિકિત્સા : રસાહાર, ફ્લાહાર, દુગ્ધાહાર, પકવ-અપકવ આહાર વગેરે, ઉપરોકત એકમ -૨ના રોગોની નિસર્ગોપચારીક ચિકિત્સા.

એકમ -૪ : **રોગ પરિચય અને કુદરતી ઉપચાર એક્યુપ્રેશર સારવાર**

- રોગોનો પરિચય, કારણો, લક્ષણો અને તેની નિસર્ગોપચાર ચિકિત્સા, મંદાગ્ની, અજીર્ણ, કબજીયાત, ગેસ, અમ્લપિત્ત ઉલટી, અતિસાર(ઝાડા), પ્રવાહિકા (મરડો) અને સંગ્રહણી કાસ(ઉધરસ), શ્વાસ(દમ) અને ક્ષય, રકતચાપ (બ્લડ પ્રેશર) સંધિવાત, આમવાત, અને કટિગતવાત (કમરનો દુખાવો) સ્ત્રી રોગઃ પ્રદર, રજો વિકાર વગેરે પુરુષરોગ : શુક્રમેહ-સ્વપ્ન દોષ વગેરે

એકમ-૫ : **પિરામીડ, રંગચિકિત્સા, સંગીત ચિકિત્સા અને પ્રથમિક સારવાર**

- પિરામીડ પરિચય અને તેની ઉપયોગીતા, સારવાર
- રંગચિકિત્સા પધ્ધતિનો પરિચય અને તેના દ્વારા રોગ નિવારણ
- સંગીત ચિકિત્સા પરિચય અને તેની ઉપયોગીતા.
- પ્રાથમિક સારવારની વ્યાખ્યા, પ્રયોજન-મહત્વ અને પરિચય, પ્રાથમિક સારવારના પાયાના સિધ્ધાંતો, નિયમો અને સુચનો, પ્રાથમિક સારવાર, કરનાર વ્યક્તિના ગુણ, પાટાના ઉપયોગ, પાટાના પ્રકાર, અને પાટા બાંધવાની રીત, કૃત્રિમ શ્વાસોચ્છવાસ, નીચેના અકસ્માતોની પ્રાથમિક સારવાર, દાજી જવું, ડુબી જવું, લુ લાગવી, બેભાન થવું, વાઈ આવવી, નીચેના અકસ્માતોની પ્રાથમિક સારવાર, આઘાત લાગવો, અસ્થિભંગ-સંધિભંગ થવો, વીજળીનો આંચકો લાગવો, રકત સ્ત્રાવ થવો વગેરે

નોંધ : સંબંધિત વિષયની સંસ્થાની મુલાકાત લેવી અને અભ્યાસ કરવો.
દા.ત. શંકુઝ, નેચરલ હેલ્થ સેન્ટર, અમીપુરા, મહેસાણા

સંદર્ભ સાહિત્ય

(૧) ચૌધરી માધવ - આહાર એજ ઔષધ
(૨) સ્વર્ણ પ્રસાદ - કુદરતી ઉપચાર
(૩) દેવેન્દ્ર વોરા - તંદુરસ્તી તમારા હાથમાં
(૪) રઘુનાથ ગંગારામ - અકસ્માતમાં પ્રાથમિક સારવાર (ફર્સ્ટ એઈડ)
(૫) રેડ ક્રોસ - પ્રાથમિક સારવાર
(૬) સ્વામી આધ્યાત્માનંદ - યોગ અને આરોગ્ય
(૭) ડાં. રાજ ઉપાધ્યાય - પિરામીડના ચમત્કારો
(૮) ડાં. સત્યપાલ - યોગ ઔર ભોજન દ્વારા રોગો કા ઈલાજ
(૯) સ્વાશ્રેયી આરોગ્ય - સંગીત ચિકિત્સા વિશેષણ
(૧૦) આચાર્ય મહાપ્રજ્ઞા - રંગચિકિત્સા અને પ્રેક્ષાધ્યાન
(૧૧) ડાં. મહેરવાન ભમગરા - આપણી અંદરનું બ્રહ્માંડ
(૧૨) વૈધ નવિનભાઈ ઓઝા - નિસર્ગોપચાર

હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી – પાટણ

SEMESTER – II D.Y.Ed. 204 યોગ શિક્ષણમાં પધ્ધતિઓ અને મેનેજમેન્ટ

એકમ-૧ : યોગ, શિક્ષણ, અર્થઘટન અને અધ્યયન પધ્ધતિઓ

- યોગ શિક્ષણ પરિચય આવશ્યકતા અને મહત્વ, શિક્ષણ શિખવાની પ્રક્રિયાઓ, સિધ્ધાંત, નિયમો, શિક્ષણ પધ્ધતિનો અર્થ, મહત્વ, શૈક્ષણિક પધ્ધતિમાં યોગિક સિધ્ધાંત, શિક્ષણ પધ્ધતિને અસર કરતાં પરિબળો, યોગ અને પર્યાવરણ વિજ્ઞાન, રજૂઆતની રીતો, તેનુ મહત્વ, વિસ્તાર વ્યક્તિગત તૈયારી,

એકમ-૨ : પાઠ આયોજન અને વર્ગ સંચાલન સાધનો

- પાઠ આયોજનની અગત્યતા અને મહત્વ, પાઠના પ્રકારો, પાઠના વિભાગો અને તેના હેતુઓ, પાઠ લેખન, પાઠનું નિરીક્ષણ, વર્ગ સંચાલન, મહત્વ વર્ગખંડ રચના, વર્ગ સંચાલન તેનુ મહત્વ, દ્રશ્ય શ્રાવ્ય, પાવર પોઈન્ટ પ્રેઝનટેશન નું મહત્વ, સ્પર્ધા તેના પ્રકારો અને તેનુ સંચાલન, પ્રોત્સાહનના પ્રકાર

એકમ-૩ : યોગશિક્ષણ અને ગુરૂ-શિષ્યનો સબંધ

- ગુરુ-શિષ્યનો સબંધ પરિચય મહત્વ, પ્રાચીન અને અર્વાચીન દ્રષ્ટિએ સબંધનુ મહત્વ, શિક્ષકની લાયકાત અને લક્ષણો, ઉપયોગીતા,રાષ્ટ્ર ઘડતરમાં ગુરુ-શિષ્યનું મહત્વ,

એકમ-૪ : યોગ શિક્ષણ અને સગવડો

- યોગ, ભવન, રચના અને સંભાળ, સાધનોની જરૂરીયાત, સંભાળ, સાચવણી, વિતરણ અને નિકાલ, અર્થઘટન, અગત્યના હેતુઓ અને માર્ગદર્શન,

એકમ-૫ : યોગ કાર્યક્રમો અને આયોજન

- યોગકાર્યક્રમનુ મહત્વ અને તેની જરૂરીયાત સમયપત્રક, પત્રકરજીસ્ટરો, અંદાજપત્ર, નિરિક્ષણ, રંજન, શિબિર તેમજ કોમ્પ્યુટરનો ઉપયોગ

સંદર્ભ સાહિત્ય

(૧)	ડોનાલ્ડ જી બટર	-	ટીચીંગ યોગા
(૨)	નેશનલ કાઉન્સીલ ઓફ એજયુ.	-	યોગાસન ટીચર્સ ગાઈડ
(૩)	સ્વામી સત્યાનંદ સરસ્વતી	-	ગુરુ-શિષ્ય સબંધ
(૪)	રાજર્ષિ મુનિજી	-	મારી ગુરુ પરંપરા
(૫)	જી. નારાયણ	-	શ્રેષ્ઠતાના સોપાન, જવાબદારીયુક્ત નેતૃત્વ
(૬)	લસ ગિલવિન	-	કળા-લોક વ્યવહારની
(૭)	ડૉ. એચ.આર.નાગેન્દ્ર	-	યોગ-યોગ કા આધાર ઔર ઉસકે પ્રયોગ
(૮)	સ્વામી સત્યાનંદજી સરસ્વતી	-	બચ્ચો કે લીયે યોગ શિક્ષા
(૯)	યોગ ઈન્સ્ટીટયુટ, મુંબઈ	-	વિદ્યાર્થીઓ માટે યોગ શિક્ષણ
(૧૦)	નિરવ ગઢાઈ-આર.આર.શેઠની કંપની	-	કારકિર્દી સલાહકાર
(૧૧)	પ્રા. ડૉ. સુરેશ આર સવાણી	-	ઉચ્ચ શિક્ષણની ગુણવત્તા સંદર્ભે આચાર્યની ભૂમિકા
(૧૨)	સ્વામી શિવાનંદ	-	વિદ્યાર્થીનું યશસ્વી જીવન
(૧૩)	સ્વામી રાજર્ષિ મુનિ.	-	શિષ્ય કેવા બનશો ?
(૧૪)	Teachers Handbook	-	Yoga for Children
(15)	Dattaram Pol	-	Krida yoga

હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી – પાટણ

SEMESTER – II ઈલેકટીવ વિષય D.Y.Ed. 205/1 યુવા અને સામાજીક કલ્યાણ

એકમ-૧ :	**યુવાકલ્યાણ :** અર્થ, સંકલ્પના પ્રકારો, હેતુઓ, મહત્વ અને સમસ્યાઓ સમજાવો.
એકમ-૨ :	**સામાજીક સમુદાય કલ્યાણ –** અર્થ, સંકલ્પના સિધ્ધાંતો અને ઈતિહાસ, ભારતમાં તેનો વિકાસ, વિદેશોમાં તેનો થયેલો વિકાસ, ગુજરાતમાં સમાજીક કલ્યાણની પ્રવૃતિઓ,
એકમ-૩ :	**યુવા કાર્યક્રમો –** અર્થ, જરૂરીયાત, કાર્યક્રમોની ઉપયોગીતા, મહત્વ, રાષ્ટ્ર માટે અને રાષ્ટ્રિયતા માટે તેની ઉપયોગીતા, ગુજરાત અને રાષ્ટ્રકક્ષાએ યુવા સંસ્થાઓનો પરિચય અને કાર્યો.
એકમ-૪ :	**યુવા સંસ્થાઓ અને પ્રવૃતિઓ** - સંસ્થાઓનો પરિચય, કાર્ય, ઉપયોગીતા, યુથ હોસ્ટેલ, રેડ ક્રોસ, નહેરુયુવા કેન્દ્ર, રમતગમત કલબો, સામાજીક કલબો, કલા અને સાંસ્કૃતિક સંગઠનો, સેવા સંગઠનો, લાયન્સ, લોટરી, જુનીયર ચેમ્બરો, નેચર કલબો, સ્કૂલ કોલેજ કક્ષાએ એન.સી.સી., એન.એસ.એસ., સ્કાઉડ ગાઈડ, એડવેન્ચર, પર્વતો આરોહણ વગેરે.
એકમ-૫ :	**આંતરાષ્ટ્રીય સમાજકલ્યાણ અને મુલ્યાંકન –** ઈતિહાસ, અર્થસંકલ્પના અને થતા કાર્યક્રમોની રૂપરેખા, આંતરાષ્ટ્રીય સંસ્થાઓ, પરિચય અને કાર્યો, ડબલ્યુ.એચ.ઓ., યુનો, યુનિસેફ, યુનેસ્કો, સંસ્થાઓ સરકાર સાથે થયેલા કાર્યક્રમ માહિતી. અને મુલ્યાંકન. ઉપયોગીતા, આધુનિક પ્રવાહોની માહિતી.

નોંધ : સબંધિત અધિકારી અને સંસ્થાનો સંપર્ક કરવો અને માહિતી મેળવવી.

સંદર્ભ ગ્રંથ

(૧) સોન્ધી જી.ડી.એ. - યુવા પીઢીની યોજના, નવી દિલ્હી, ભારત સરકાર, શિક્ષણ મંત્રાલય

(૨) ભારતમાં સામાજીક કલ્યાણ – નવી દિલ્હી, પ્લાનિંગ કમીશન, ભારત સરકાર

(૩) ભારતીય સામાજીક કાર્યનો વિશ્વકોષ – વિભાગ-૩, નવી દિલ્હી, ભારત સરકાર અંતર્ગત પ્રકાશન

(૪) સામાજીક કાર્યાનું મુલ્યાંકન – જયપુર સર્વોદય સાહિત્ય સમાજ

(૫) યુવક સેવા અને સાંસ્કૃતિક પ્રવૃતિઓ, ગુજરાત રાજય

(૬) યુવા પ્રવૃતિઓ અને રમતો, ભારત સરકાર

(૭) સમાજકલ્યાણ, સામજીક કલ્યાણ માહિતી વિભાય, ગુજરાત રાજય

હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી – પાટણ

SEMESTER – II ઈલેકટીવ વિષય D.Y.Ed. 205/2 પર્યાવરણ અને આપત્તિ વ્યવસ્થાપન

એકમ-૧ : પર્યાવરણનો પ્રાથમિક ખ્યાલ અને તેના પ્રકારો અગત્યતા મહત્વ સમજાવો, પરિસ્થિતિજન્ય વિજ્ઞાનનો ખ્યાલ, સમુદ્ર પ્રદુષણ, અસરો, ઉપચારો (નિયંત્રણ), હવાના પ્રદુષણ, અસરો, સમજ, કારણો, ઉપાયો, અવાજ પ્રદુષણ, અસર,સમજ, કારણો, ઉપાયો, પર્યાવરણ બચાવવામાં પંચતત્વોનું મહત્વ, પ્રદુષણ અટકાવવાના કાયદાઓ.

એકમ-૨ : વસ્તીવધારો પર્યાવરણ ઉપરની અસરો, માનવ સ્વાસ્થ્ય વસ્તીવધારાના કારણો, અટકાવા માટેના ઉપાયો, વસ્તીનું સ્વરૂપ, દ્રષ્ટિબિંદુ, વસ્તીવધારા સંદર્ભમાં સરકારની ભૂમિકા અથવા કાર્યક્રમો

એકમ-૩ : જાતિય શિક્ષણ પરિચય અને મહત્વ, સ્ત્રીની બેવડી ભૂમિકા અને પરિબળો, સંઘર્ષ અને કારણો, સંકટ અને સમસ્યાઓ

એકમ-૪ : આપત્તિવ્યવસ્થાપનનો અર્થ, જરૂરીયાત, મહત્વ, પ્રકારો, રાજય અને રાષ્ટ્રીય કક્ષાએ થયેલી વ્યવસ્થાઓ, તાલીમી સંસ્થાઓ, નાગરિક સરક્ષણ વગેરે.

એકમ-૫ : કુદરતી અને કૃત્રિમ આફતોનો પરિચય અને જાણકારી, સ્વચ્છીક સંસ્થાઓ ની ભુમિકા, બનેલી ઘટનાઓની માહિતી અને કારણો, ઉપાયો, પ્રાથમિક સારવાર

નોંધ : સબંધિત અધિકારી અને સંસ્થાનો સંપર્ક કરવો અને માહિતી મેળવવી.

સંદર્ભ ગ્રંથો :

(૧) પર્યાવરણ અને ડિઝાસ્ટર મેનેજમેન્ટ – પીરામીડ પબ્લીકેશન, વિશ્રામ નગર, અમદાવાદ

(૨) આપતિ વ્યવસ્થાપન – ગુજરાત રાજય, ગાંધીનગર

(૩) સામાજીક વનીકરણ – ઈન્દ્રોડાપાર્ક, ગાંધીનગર

હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી – પાટણ

SEMESTER – II D.Y.Ed. 206 પ્રાયોગિક - પાઠ આયોજન

આંતરીક મૂલ્યાંકન માળખુ

જુથ	પાઠ આયોજન વિભાગ	આંતરીક ગુણ
૧.	**સૂર્યનમસ્કાર આસનો :** હઠ પ્રદીપિકા, ઘેરંડ સહિતા, યોગોપનિષદ અનુસાર આસનો. ધોરણ ૫ થી ૧૨ ના યોગ અભ્યાસક્રમના આસનો શ્રી લકુલીશ યોગ વિદ્યાલયના યોગ કોર્સ પ્રથમા થી ચતુર્થના આસનો	૩ આસન X ૧૦ = ૩૦
૨.	**પ્રાણાયામ ,બંધ મુદ્રા, ષટકર્મ :** હઠ પ્રદીપિકા, ઘેરંડ સહિતા, શિવ સંહિતા અનુસારની ક્રિયાઓ શ્રી લકુલીશ યોગ વિદ્યાલયના યોગ કોર્સ પ્રથમા થી ચતુર્થના પ્રાણાયામ , બંધ મુદ્રા, ષટકર્મ	૨ ક્રિયા X ૧૦ = ૨૦
	કુલ ગુણ	**૫૦**

નોંધ : આંતરીક પરિક્ષામાં પાસ થવા ૫૦% ગુણ લાવવા ફરજીયાત

બાહ્ય મૂલ્યાંકન માળખુ

જુથ	પાઠ આયોજન વિભાગ	બાહ્ય ગુણ
૧.	**સુર્યનમસ્કાર અને આસનો :** હઠ પ્રદીપિકા, ઘેરંડ સહિતા, યોગોપનિષદ અનુસાર આસનો. ધોરણ ૫ થી ૧૨ ના યોગ અભ્યાસક્રમના આસનો શ્રી લકુલીશ યોગ વિદ્યાલયના યોગ કોર્સ પ્રથમા થી ચતુર્થના આસનો	૧ આસન X ૭૫ = ૭૫
૨.	**પ્રાણાયામ ,બંધ મુદ્રા, ષટકર્મ :** હઠ પ્રદીપિકા, ઘેરંડ સહિતા, શિવ સંહિતા અનુસારની ક્રિયાઓ શ્રી લકુલીશ યોગ વિદ્યાલયના યોગ કોર્સ પ્રથમા થી ચતુર્થના પ્રાણાયામ , બંધ મુદ્રા, ષટકર્મ	૧ ક્રિયા X ૭૫ = ૭૫
	કુલ ગુણ	**૧૫૦**

નોંધ : બાહ્ય પરિક્ષામાં પાસ થવા ૫૦% ગુણ લાવવા ફરજીયાત

હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી, પાટણ
ડિપ્લોમા ઈન યોગ એજયુકેશન
(ચોઈસ બેઈઝ ક્રેડીટ સીસ્ટમ) અંતર્ગત (ડી.વાય.એડ્)

સેમેસ્ટર-૧ અને ૨ માટે પરીક્ષાના દરેક વિષયના પ્રશ્નપત્રનું માળખું

પ્રશ્ન : ૧	**વિસ્તૃત નિબંધાત્મક પ્રશ્ન આંતરિક વિકલ્પ સાથે**	**૧૬ ગુણ**
પ્રશ્ન : ૨	**વિસ્તૃત નિબંધાત્મક પ્રશ્ન આંતરિક વિકલ્પ સાથે**	**૧૬ ગુણ**
પ્રશ્ન : ૩	**વિસ્તૃત નિબંધાત્મક પ્રશ્ન આંતરિક વિકલ્પ સાથે**	**૧૬ ગુણ**
પ્રશ્ન : ૪	**ટૂંકનોંધ લખો (ચારમાંથી કોઈ પણ બે)**	**૧૨ ગુણ**
પ્રશ્ન : ૫	**એમ.સી.કયુ. પ્રકારના ૧૦ પ્રશ્નો (દરેક પ્રશ્નમાં જવાબ માટે ત્રણ વિકલ્પમાંથી યોગ્ય જવાબ પસંદ કરી લખો.)**	**૧૦ ગુણ**

- **કુલ પાંચ પ્રશ્નોનો સામાવિષ્ટ રહેશે. તે પૈકી પાંચમો પ્રશ્ન એમ.સી.કયુ. પ્રકારનો રહેશે.**
- **એમ.સી.કયુ. પ્રકારના પ્રશ્નનાં કુલ ૧૦ પ્રશ્નો (ફરજીયાત) પૂછવાના રહેશે. જેમાં દરેક પ્રશ્નમાં ત્રણ વિકલ્પો આપવામાં આવશે.**

ખાસ નોંધ :

- **અભ્યાસક્રમમાં સમાવિષ્ટ દરેક એકમને સરખું વેઈટેજ આપવું.**
- **આંતરીક અને બાહ્ય પરીક્ષામાં પાસ થવા માટે ૪૦% ગુણ દરેક પ્રશ્નપત્રમાં લાવવા ફરજીયાત.**

પ્રા.ડૉ.પ્રવિણભાઈ વી. ચૌધરી
ચેરમેન
બોર્ડ ઓફ યોગ એજ્યુકેશન
હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી, પાટણ
ઓફિસ : સી.એન.આર્ટ્સ એન્ડ બી.ડી. કોમર્સ
કોલેજ,કડી
નિવાસ : ૪- રાજનગર વિભાગ-૩, કરણનગર રોડ, કડી
મો. ૯૩૭૫૩૬૧૩૦૪, ૯૪૨૭૬૭૭૩૩૧
ઈમેલ :
તારીખ : ૦૪/૦૭/૨૦૧૧

પ્રતિ,
કુલસચિવશ્રી
હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી,
પાટણ

વિષય : ડિપ્લોમા ઈન યોગ એજ્યુકેશનનો સેમેસ્ટર પધ્ધતિમાં અભ્યાસક્રમ સ્વીકારવા અંગે.

માનનીય સાહેબશ્રી,

સવિનય ઉપરોકત વિષયે સહર્ષ જણાવવાનું કે માનનીય કુલગુરૂ ડૉ. હેમાક્ષીબેન રાવ ની પ્રેરણા અને આપના માર્ગદર્શન પ્રોત્સાહનથી ખુબ ટૂંકા સમયગાળામાં પડકારને ઝીલી જે હિમ્મત અને શ્રધ્ધાથી કામ પૂર્ણ કરવાં સહભાગી બનાવવા બદલ અમો બોર્ડ ઓફ યોગ એજ્યુકેશનના સભ્યશ્રીઓ ધન્યતા અનુભવિએ છીએ. સાથે સાથે સેમેસ્ટર સીસ્ટમની વહીવટીય કામગીરી સંભાળતા શ્રી જગદીશભાઈ, શ્રી જાનીભાઈ, શ્રી રાજુભાઈનો સહકાર પણ મળી રહંયો.

આ સાથે અમો ડિપ્લોમા ઈન યોગ એજ્યુકેશનનો એક વર્ષિય અભ્યાસક્રમને સેમેસ્ટર ૧ અને ૨ માં તૈયાર કરી આપની સમક્ષ સાદર રજૂ કરતાં આનંદ અનુભવીએ છીએ જે સ્વીકારી મંજુર કરવા નમ્ર ભલામણ કરીએ છીએ.

પ્રા.ડૉ.પ્રવિણભાઈ વી. ચૌધરી
ચેરમેન
બોર્ડ ઓફ યોગ એજ્યુકેશન

બિડાણ :

સેમેસ્ટર ૧ અને ૨ અભ્યાસક્રમ
કુલ ૧૧+૧૧ = ૨૨ પુજ અનુ.સી.ડી - ૧