

**महर्षि पतञ्जलि संस्कृत संस्थान द्वारा विहित नवीन पाठ्यक्रम अनुसार
ब्लूप्रिंट वर्ष 2022-23**

कक्षा—पूर्वमध्यमा द्वितीय (10वीं)

विषय— योगविज्ञानम्

विषय कोड—1016

पूर्णांक— 100

समय— 3:00 घंटे

क्र.	इकाई एवं विषय वस्तु योग: स्वास्थ्यम् एवञ्च शारीरिकशिक्षणम् — प्रथमा —2	इकाई वार आवंटित अंक	वस्तुनिष्ठ प्रश्न	अंकवार प्रश्नों की संख्या					कुल प्रश्न
			1 अंक	2 अंक	3 अंक	4 अंक	5 अंक		
1	1.प्राणायामः 2.पातञ्जलयोगदर्शनम्	20	04	02	01	01	01	05	
2	3.अस्माकं योगाचार्याः 4.मुद्राः	15	04	02	01	01	—	04	
3	5.आसनानि 6. स्वास्थ्यरक्षणम्	20	04	02	01	01	01	05	
4	7.व्यसनमुक्तिः 8.व्यायामः	10	05	01	01	—	—	02	
5	9.चिकित्सापद्धतयः, 10.रसीकरणम्	15	06	01	01	01	—	03	
6	11.चक्रक्षेपणम् 12.अयोगोलक्षेपणम्	10	04	01	—	01	—	02	
7	13.त्रिदण्डकन्दुकक्रीडा 14.हस्तकन्दुकक्रीडा	10	05	01	01	—	—	02	
		कुल प्रश्न	05	10	06	05	02	23+05 = 28	
		कुल अंक	32	20	18	20	10	100	

प्रश्न पत्र निर्माण हेतु निर्देश :-

- प्रश्न क्रमांक 01 से 05 तक 32 वस्तुनिष्ठ प्रश्न होंगे जिसमें बहुविकल्पीय 06 अंक, रिक्तस्थान 06 अंक, सही जोड़ी 06 अंक, सत्य-असत्य 07 अंक, एकपद 07 अंक, संबंधी प्रश्न होंगे। प्रत्येक प्रश्न के लिए 01 अंक निर्धारित है।
- वस्तुनिष्ठ एवं अतिलघुत्तरीय 02 अंक के प्रश्न प्रत्येक इकाई से पूछे जाने हैं।
- 03 अंक, 04 अंक एवं 05 अंकीय, लघुत्तरीय, दीर्घोत्तरीय एवं विश्लेषणात्मक प्रश्नों में आंतरिक विकल्प का प्रावधान होगा। यह विकल्प समान इकाई तथा समान कठिनाई स्तर वाले होंगे।
- इन प्रश्नों की उत्तर सीमा निम्नानुसार होगी।
 - अतिलघुत्तरीय प्रश्न 02 अंक लगभग 20 शब्द
 - लघुत्तरीय प्रश्न 03 अंक लगभग 40 शब्द
 - दीर्घोत्तरीय प्रश्न 04 अंक लगभग 80 शब्द
 - विश्लेषणात्मक 05 अंक लगभग 120 शब्द
 - विभिन्न प्रकार के प्रश्नों का कौशल व कठिनाई स्तर निम्नानुसार रहेगा:-

कौशल—	ज्ञान/स्मरण—10%	समझ आधारित—50%	अनुप्रयोग—30%	उच्च स्तरीय चिंतन/ विश्लेषणात्मक 30%
स्तर—	सरल —30%	औसत — 50%	कठिन —20%	