BANE-141

विज्ञान स्नातक

(ऑनर्स)

मनवविज्ञान (बीएससीएएनएच)

सत्रीय–कार्य

जुलाई 2026 - जनवरी 2027 सत्र

पाठ्यक्रम कोड : **बीएएनई-141**

बीएएनई 141: शरीरक्रियात्मक मानवविज्ञान

ignou
THE PEOPLE'S
UNIVERSITY

सामाजिक विज्ञान विद्यापीठ

इन्दिरा गाँधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय मैदान गढ़ी,

नई दिल्ली–110068

प्रिय छात्र,

जैसा कि हमने आपको कार्यक्रम संदर्शिका में सूचित किया है, इग्नू में मूल्यांकन के दो भाग होते हैं: i) सत्रीय कार्यों के माध्यम से सतत मूल्यांकन, और ii) सत्रांत परीक्षा। अंतिम परीक्षा परिणाम में, सभी सत्रीय कार्यों के लिए 30 प्रतिशत अंक निर्धारित है, जबकि सत्रांत परीक्षा के लिए 70 प्रतिशत अंक।

आपको 6 क्रेडिट के पाठ्यक्रम के लिए 3 **अनुशिक्षक चिंहित सत्रीय** कार्य (**टी.एम.ए.**) करने होंगे, और 4 क्रेडिट के पाठ्यक्रम के लिए 2 सत्रीय कार्य करने होगे। इस सत्रीय कार्य की पुस्तिका में **बीएएनई 141: शरीरक्रियात्मक मानवविज्ञान** नामक कोर पाठ्यक्रम के सत्रीय कार्य (असाइनमेंट) सम्मिलित है जो 6 क्रेडिट का पाठ्यक्रम है। इस पुस्तिका में 3 सत्रीय कार्य हैं जिनके कुल 100 अंक हैं, तथा मूल्यांकन में 30 प्रतिशत अधिभार है।

सत्रीय कार्य- I में वर्णनात्मक श्रेणी के प्रश्न हैं आपको इन प्रश्नों के उत्तर निबंध के समान, प्रस्तावना एवं निष्कर्ष के साथ लिखने होंगे। इनका प्रयोजन विषय से संबंधित आपकी समझ/जानकारी को व्यवस्थित, संगत तथा सुस्पष्ट तरीके से वर्णन करने की योग्यता को जांचना है।

सत्रीय कार्य-II में मध्यम श्रेणी के प्रश्न तथा लघु श्रेणी के प्रश्न शामिल हैं। मध्यम श्रेणी के प्रश्नों के उत्तर लिखने से पहले विषय का तर्कों एवं व्याख्याओं के आधार पर विश्लेषण करना आवश्यक होता है तथा उसके बाद संक्षिप्त एवं सुव्यवस्थित उत्तर प्रस्तुत करना होता है। इन प्रश्नों का उद्देश्य अवधारणाओं एवं प्रक्रियाओं के मध्य अंतर स्पष्ट करने, उनकी तुलना एवं विरोधाभास प्रस्तुत करने तथा उनके प्रति स्पष्ट समझ विकसित करने की आपकी क्षमता का मूल्यांकन करना है। लघु श्रेणी के प्रश्न का उद्देश्य व्यक्तियों, लेखनों, घटनाओं अथवा अवधारणाओं एवं प्रक्रियाओं से संबंधित प्रासंगिक एवं सटीक जानकारी को संक्षेप में प्रस्तुत करने तथा उनके प्रति स्पष्ट समझ विकसित करने की आपकी क्षमता का आकलन करना है।

सत्रीय कार्य-III में प्रायोगिक नियमावली/ मैनुअल पर आधारित प्रश्न हैं। इन प्रश्नों से आपको यह समझने में मदद मिलेगी कि किसी परियोजना (प्रोजेक्ट) सिनोप्सिस का निर्माण कैसे करें और फील्ड परिस्थितियों में अपने ज्ञान, उपकरणों (टूल) व तकनीकों को लागू करने के अपने ज्ञान का परीक्षण करें।

सत्रीय कार्यों को करने से पहले, कृपया कार्यक्रम संदर्शिका में दिए गए निर्देशों को ध्यानपूर्वक पढ़ें। यह अनिवाय है कि आप सत्रीय कार्य के सभी प्रश्नों के उत्तर अपने शब्दों में लिखें। आपके उत्तर किसी विशेष खंड के लिए निर्धारित शब्द–सीमा की अनुमानित सीमा के भीतर होने चाहिए। याद रखें, सत्रीय कार्यों के प्रश्नों के उत्तर लिखने से आपके लेखन कौशल में सुधार होगा और आप सत्रांत परीक्षा के लिए तैयार हो जाएंगे।

जैसा कि कार्यक्रम संदर्शिका में उल्लेख किया गया है, आपको सत्रांत परीक्षा में उपस्थित होने के योग्य होने के लिए निर्धारित समय के भीतर सभी हस्तलिखित सत्रीय कार्य जमा करने होंगे।

पूर्ण किए गए असाइमेंट को जमा करनाः

प्रवेश बैच	**जमा करने की अंतिम तिथि**	**जमा करने का स्थान**
जुलाई 2026 में नामांकित छात्रों के लिए	30 अप्रैल 2027	शिक्षार्थी सहायता केंद्र के समन्वयक
जनवरी 2027 में नामांकित छात्रों के लिए	30 सितंबर 2027	

अपना सत्रीय कार्य जमा करने के लिए अपने शिक्षार्थी सहायता केंद्र पर जाएँ और जमा किए गए सत्रीय कार्यों की शिक्षार्थी सहायता केंद्र से रसीद प्राप्त करें और उसे अपने पास रखें। यदि संभव हो तो सत्रीय कार्यों की एक जिरॉक्स प्रति (फोटोकॉपी) अपने पास रखें।

मूल्यांकन के बाद शिक्षार्थी सहायता केंद्र आपको सत्रीय कार्य वापस कर देगा। कृपया इस पर जोर दें। मूल्यांकन के पश्चात, शिक्षार्थी सहायता केंद्र को सत्रीय कार्य के अंक विद्यार्थी मूल्यांकन प्रभाग (एसईडी), इंदिरा गाँधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय, मैदान गढ़ी, को भेजने होते हैं।

हम अपेक्षा करते हैं कि आप प्रत्येक प्रश्न का उत्तर सत्रीय कार्य में उल्लिखित प्रत्येक श्रेणी के दिशा–निर्देशों के अनुसार देंगे। निम्नलिखित बातों को ध्यान में रखना आपके लिए उपयोगी होगाः

1) योजना बनानाः सत्रीय कार्यों को ध्यान से पढ़ें। उन इकाइयों को देखें जिन पर वे आधारित हैं। प्रत्येक प्रश्न के संबंध में महत्वपूर्ण तथ्य नोट कर ले, और फिर उन्हें तार्किक क्रम में पुनर्व्यवस्थित करें।

2) संगठनः अपने उत्तर की एक कच्ची रूपरेखा तैयार करने से पहले थोड़ा चयनात्मक और

विश्लेषणात्मक बनें। अपने परिचय और निष्कर्ष पर पर्याप्त ध्यान दें।

सुनिश्चित करें कि आपका उत्तरः

ए) तार्किक और सुसंगत है;

बी) वाक्यों और अनुच्छेदों के बीच स्पष्ट संबंध है, और

ग) आपकी अभिव्यक्ति, शैली और प्रस्तुति पर पर्याप्त ध्यान देते हुए सही लिखा गया है।

3) प्रस्तुतिकरणः एक बार जब आप अपने उत्तर से संतुष्ट हो जाएँ तो जमा कराने के लिए सत्रीय कार्यों के प्रश्नों के उत्तर की स्वच्छ प्रति तैयार करें। **उत्तर साफ–साफ और अपनी हस्तलिपि में लिखना अनिवार्य है।** उन बिंदुओं को रेखांकित कर सकते हैं जिन पर आप जोर देना चाहते हैं। सुनिश्चित करें कि उत्तर निर्धारित शब्द सीमा के भीतर है।

शुभकामनाओं के साथ !

मानवविज्ञान संकाय

सामाजिक विज्ञान विद्यापीठ,

नई दिल्ली

BANE–141: शरीरक्रियात्मक मानवविज्ञान

अनुशिक्षक चिंहित सत्रीय–कार्य (TMA)

कोर्स कोड: BANE 141

असाइनमेंट कोड: BANE 141 /ASST/TMA/जुलाई 2026– जनवरी 2027

कुल अंक: 100

तीन सत्रीय कार्य हैं। तीनों सत्रीय कार्य के सभी प्रश्नों के उत्तर दें।

सत्रीय कार्य – I

नीचे दिए गए प्रश्नों में से किन्हीं दो के उत्तर लगभग 500 शब्दों में दें। 20x2=20

क. ऊर्जा प्रणालियों (एनर्जी सिस्टम) पर चर्चा करें।

ख. उम्र के आधार पर शारीरिक विशेषताओं पर लंबे समय तक व्यायाम के प्रभाव से आप क्या समझते हैं? चर्चा करें।

ग. फेफड़ों के कामकाज को प्रभावित करने वाले कारकों को संक्षेप में समझाएं।

सत्रीय कार्य – II

नीचे दिए गए प्रश्नों के उत्तर लगभग 250 शब्दों में दें। 10x2=20

1. नीचे दिए गए विषयों में से किन्हीं दो पर संक्षिप्त नोट लिखें:

    क. व्यायाम के दौरान श्वसन प्रणाली

    ख. प्रशिक्षण का महत्व

    ग. हृदय में रक्त का प्रवाह

2. नीचे दिए गए प्रश्नों में से किन्हीं दो के उत्तर लगभग 150 शब्दों में दें। 5x2=20

क अधिकतम व्यायाम के प्रति शारीरिक प्रतिक्रिया।

ख. ग्लाइकोलाइसिस

ग. एथलेटिक प्रशिक्षण और मस्कुलर प्लास्टिसिटी (मांसपेशियों की लचीलापन क्षमता)

सत्रीय कार्य – III

नीचे दिए गए प्रश्नों के उत्तर लगभग 250 शब्दों में दें। 10x3=30

क. फेफड़ों के स्थिर श्वसन कार्य (static lung respiratory function) पर संक्षेप में चर्चा करें।

ख. पल्स और हृदय गति को मापने के चरण क्या हैं?

ग. हीमोग्लोबिन के स्तर का पता लगाने की प्रक्रिया समझाएं।