



હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી

NAAC A (3.02) State University

પો.બો.નં.—૨૧, યુનિવર્સિટી રોડ, પાટણ (ઉ.ગુ.) ૩૮૪૨૬૫

ફોન:(૦૨૭૬૬) ૨૩૭૦૦૦

ફેક્સ : (૦૨૭૬૬) ૨૩૧૮૧૭

Email : regi@ngu.ac.in

Website : www.ngu.ac.in

પરિપત્ર ક્રમાંક — ૩૨૭ / ૨૦૨૧

વિષય :— બી.એસસી. ઈલેક્ટીવ જેનરીક વિષયના સેમેસ્ટર — ૩ ના અભ્યાસક્રમ અંગે..

આ યુનિવર્સિટી સંલગ્ન વિજ્ઞાન વિદ્યાશાખાની તમામ કોલેજોના આચાર્યશ્રીઓને જણાવવાનું કે, વિજ્ઞાન વિદ્યાશાખા અંતર્ગત બી.એસસી.— ઈલેક્ટીવ જેનરીક વિષયના સેમેસ્ટર — ૩ ના સામેલ પરિશિષ્ટ મુજબનો અભ્યાસક્રમ જૂન-૨૦૨૧ થી અમલમાં આવે તે રીતે વિદ્યાશાખા / એકેડેમિક કાઉન્સિલવતી માન.કુલપતિશ્રીએ મંજૂર કરેલ છે. જેનો અમલ થવા સારૂ સંબંધિતોને આથી આ સાથે મોકલવામાં આવે છે. જેનો યુસ્ત અમલ થવા આથી જણાવવામાં આવે છે.

આ બાબતની સંબંધિતોને આપના સ્તરેથી જાણ કરવા વિનંતી છે.

નોંધ: (૧) વિદ્યાર્થીઓની જરૂરીયાત માટે પરિપત્રની એક નકલ કોલેજના ગ્રંથાલયમાં મૂકવાની રહેશે.

(૨) આ પરિપત્ર યુનિવર્સિટીની વેબ સાઈટ www.ngu.ac.in પર પણ ઉપલબ્ધ કરાવવામાં આવનાર છે.

બિડાણ : ઉપર મુજબ

સહી/—
અધ્યક્ષ
કા.કુલસચિવ

નં.—એ કે / અ× સ / ૫૩૭૭ / ૨૦૨૧

તારીખ : ૨૫ / ૧૦ / ૨૦૨૧

પ્રતિ

૧. સંલગ્ન સાયન્સ કોલેજોના આચાર્યશ્રીઓ
૨. ડૉ. જગદીશ એચ. પ્રજાપતિ (ડીનશ્રી — વિજ્ઞાન વિદ્યાશાખા), સરકારી સાયન્સ કોલેજ, થરાદ. જિ. બનાસકાંઠા
૩. પરીક્ષા નિયામકશ્રી, હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી, પાટણ. (પાંચ નકલ)
૪. ઈનચાર્જ ઓફિસરશ્રી, સબસેન્ટર, ખેડબ્રહ્મા કેમ્પસ, મુ. વડાલી, જિ. સાબરકાંઠા. (હેમ.ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી, પાટણ.)
૫. ગ્રંથપાલશ્રી, હેમ.ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી, પાટણ. (વિદ્યાર્થીઓના ઉપયોગ સારૂ રેકર્ડ ફાઈલ માટે)
૬. સીસ્ટમ એનાલીસ્ટ, કોમ્પ્યુટર(રીઝલ્ટ) સેન્ટર, હેમ.ઉ.ગુ. યુનિવર્સિટી, પાટણ તરફ પરિણામ માટે તથા વેબસાઈટ પર મૂકવા સારૂ.
૭. પ્રવેશ પ્રશાખા(એકેડેમિક શાખા) હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી, પાટણ.
૮. મુખ્ય હિસાબી અધિકારીશ્રી (મહેકમ), હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી, પાટણ તરફ—પરિપત્રની ફાઈલ અર્થે
૯. સિલેક્ટ ફાઈલે— (૨ નકલ)

Hemchandracharya North Gujarat University, Patan

Syllabus of Elective Generic B. Sc. Semester III

Programme Code : B Sc		Course Title: National Service Scheme (NSS)	
Course Type :	Course Code :	Credit Structure :	No of Hrs per Week :
Elective Generic	EG-03	02	02
Examination Marking Scheme : External only - 50 Marks			
Scheme of examination : As per BOS Guideline and HNGU rules applicable to faculty of Science			

UNIT 1 NSS Basic Information

- 1.1 Introduction, Historical Back ground, Basic concept, Need and objectives of NSS.
- 1.2 Flag, Motto, Song, Scarf, Badge and Emblem etc. of NSS.
- 1.3 Organizational structure of NSS at National-State-University-College Level.
- 1.4 NSS Unit, Programme Co-ordinator, Programme Officer and NSS volunteer.
- 1.5 Role and Responsibility of various NSS functionaries,
- 1.6 Basics of Adoption Village and Slum areas
- 1.7 Regular Activity, Camping activity and Preventive Campaigning in malnutrition as well as various diseases
- 1.8 One Day Camp, Socio-Economic Survey
- 1.9 Co-ordination with Local GOs (Government Organisation) and various servicing NGO's.
- 1.10 NSS Diary, NSS Day (24 september Day) Celebration, National Youth Festival, Pre-RD and RDP Camp, NI (National Integration) Camping, National Award for PO and Volunteers.

- રાષ્ટ્રીય સેવા યોજના - પરીચય, ઐતિહાસિક ભૂમિકા, પાયાના ખ્યાલો, જરૂરિયાત, હેતુઓ
- એનએસએસ એકમ, ધ્વજ, મુદ્રાલેખ, એનએસએસ ગીત, સ્કાર્ફ, બેઝ, ચિન્હ, બિલ્લો
- રચનાત્મક માળખું- રાષ્ટ્રીય-રાજ્ય-વિશ્વવિદ્યાલાય-કોલેજ સ્તરે
- પ્રોગ્રામ કો ઓર્ડીનેટર, પ્રોગ્રામ ઓફિસર અને સ્વયંસેવકના કાર્યો અને જવાબદારીઓ
- દત્તક ગ્રામ અને દત્તક સ્લમ વિસ્તાર (ઝુંપડપટ્ટી) માટે પાયાની બાબતો અને કાર્યપદ્ધતિ

- કાયમી પ્રવૃત્તિ, એક દિવસીય શિબિર અને ખાસ શિબિર(કેમ્પ)ની પ્રવૃત્તિના ખ્યાલો,
- સામાજિક-આર્થિક સર્વેક્ષણ, કુપોષણ નિવારણ અને આરોગ્ય શિબિરની અગત્યતા
- સરકારી તથા સેવાભાવી એનજીઓ સાથે સમન્વય અને કાર્યક્રમો
- એનએસએસ દૈનિક નોંધપોથી (ડાયરી) નું મહત્વ -
- એનએસએસ દિવસ (૨૪ સપ્ટેમ્બર) ની ઉજવણી, રાષ્ટ્રીય યુવા ઉત્સવ, પ્રિ.પ્રજાસત્તાકદિવસ (પ્રિ આરડી) શિબિર અને પ્રજાસત્તાકદિવસની પરેડ (આરડી પરેડ) શિબિર, રાષ્ટ્રીય એકતા શિબિર, પ્રોગ્રામ ઓફિસર અને સ્વયંસેવક માટે રાષ્ટ્રીય સન્માન (એવોર્ડ)

UNIT 2 NSS and Youth

- 2.1 What is Youth? Definition, Categories and profile of youth.
- 2.2 Youth as a creator in context of Society and Nation
- 2.3 Issues, Challenges and Scopes for youth in Nation Building
- 2.4 Social and National Character building through NSS for Youth
- 2.4 Contribution of youth for community service through NSS
- 2.5 Bharatiya Tradition, Culture and Youth
- 2.6 Volunteer - Volunteerism : Its need and Importance
- 2.7 Leadership and Personality Development of Youth by NSS
- 2.8 Contribution in Environment-Energy Conservation-Disaster management through NSS
- 2.9 Concept of Campus to Community (C To C) activities through NSS

-યુવાન ની સંકલ્પના, સમાજ અને રાષ્ટ્રનો નિર્માતા યુવાન, રાષ્ટ્રાનિર્માણમાં યુવાન સામે મુદ્દા, પડકારો અને અવકાશ

-એનએસએસ થકી યુવાનનું સામાજિક અને રાષ્ટ્રીય ચારિત્ર્ય નિર્માણ

-એનએસએસ થકી સામાજિક સેવામાં યુવાનનું પ્રદાન

-એનએસએસ ના માધ્યમથી યુવાન દ્વારા ભારતીય પરંપરાઓ અને ભારતીય સંસ્કૃતિનું જતન

-યુવાનમાં સ્વયંસેવક અને સ્વયંસેવકત્વ : જરૂરિયાત અને અગત્યતા

-એનએસએસથી યુવા વ્યક્તિત્વવિકાસ અને યુવાનેતૃત્વ

-એનએસએસ થકી પર્યાવરણસુરક્ષા, ઉર્જા સંરક્ષણ, આપત્તિ વ્યવસ્થાપન

-કેમ્પસથી કોમ્યુનીટી પ્રવૃત્તિ માટેની એનએસએસની સંકલ્પના

References

1. National Service Scheme Manual(Revised) Government of India Ministry of Shixia Mantralaya
2. <http://en.Wikipedia.org/wiki/national-service-scheme>
3. <http://nss.nic.in/adminstructure>
4. <http://nss.nic.in>
5. Work Diary of Various university

Hemchandracharya North Gujarat University, Patan

Syllabus of Elective Generic B. Sc. Semester III

Programme Code : B Sc		Course Title: YOGA, PRANAYAAM and WEELNESS	
Course Type :	Course Code :	Credit Structure :	No of Hrs per Week :
Elective Generic	EG-04	02	02
Examination Marking Scheme : External only - 50 Marks			
Scheme of examination : As per BOS Guideline and HNGU rules applicable to faculty of Science			

Unit 1 Basics of Yoga

What is Yoga ? Meaning of Yoga, History, development and basic concept of Yoga. brief information about Yog-Acharya Patanjali. Why Yoga-Abhyas is necessary ? Need of Yoga for better health? Common Guideline for Yoga-Abhyas. Precaution for Yoga-Abhyas. World wide publicity of Bharatiya Yoga., brief information about yogacharya patanjali. Ashtang yog (Yam-Niyam-Aasan-Pranayam-paryaahaar-dharana-dhyan-samadhi) External yoga and type of yam-niyam, Main Yam -Niyam, Breathing Process in Yoga. General instruction of Aasan and Pranayam. Physical and Mental benefit of Yog Pranayam. History of World Yog day (21 June) and its celebration

Shudhdhjkriyao: (a) Jalneti, sutraneti, (b) Dhaudhi – Jaldhauti, Vastrdhauti (c) Udiyan Bandh, (d) Tratak (e) Kapalbhati

Unit 2 Yogasan and Pranayam

Suryanamskar, Mantra of suryanamskar, Various Position. of Suryanamskar, Benefit of Suryanamaskar, Relaxation (Shithilikaran) of Body (Neck, shoulder, Backbody, Nee Relaxation) **Standing Yogasan** - Position and Process (Tadasan, Vruxasan, Pad-Hastasan, Ardachakrasan, Trikonasan), Benefits and Precaution of Standing position Aasan.

Sitting Aasan - Position and process (Vajrasan, suptavajrasan, Shashankasan, Pashchimotanasan, ushtrasan, padmasan, vakrasan), Benefits and Precaution of Sitting position Aasan.

Aasan on base of Stamouch : (A) Makarasan, Bhujangasan, Shalabhasan, Dhanurasan-Position, Process. (Precaution and Benefits of them.)

Aasan on base of Backbody : (B) Setubandhasan. Uttanapadasan, Ardhalhasan. Pavanmuktasan, shavasana, (Position, Process, Precaution and Benefits of them)

5

Pranayam: Position and Process of pranayam, (a)Bhastrika, (b)Anulom-Vilom(Nadishodhan).
(c)Shitali, (d)Bhramari

References

1. Yoga,Pranayam, Mudra,Kriya Margadarshak pustika. pub. Vivekanand Kendra. Bodakdev, Amadavad web: www.vkendra.org . email : karnavati@vkendra.org
2. International Yoga Day abhyaskram Protokol, 4th edition, Aayush Mantralay, Government of India, web: www.yogamdniy.nic.in, www.ayush.gov.in
3. Yog Darshika, by Swami Rajarshi Muni (Life mission, karelibag, Vadodara)