नागपूर व अमरावती जिल्ह्यातील व्हॉलीबॉल, हॅन्डबॉल व बास्केटबॉल खेळाडूंच्या क्रीडा प्रदर्शनाला प्रभावित करणाऱ्या घटकांचा अभ्यास

शालिक सवाईराम राठोड
प्रगती महिला कला महाविद्यालय, भंडारा

डॉ. राजु महादेव राऊत
ज्योतिबा कॉलेज ऑफ फिजिकल एज्युकेशन, नागपूर

१.० प्रस्तावना

आज विविध खेळात किंवा खेळाच्या स्पर्धेत वैज्ञानिक घटकांच्या प्रयोगामुळे खेळाडू आपल्या क्षमतेला उंच शिखरावर पोहोचविती आहे, ज्यांची कल्पना केली जाऊ शकत नाही. खेळात स्पर्धा इतकी वाढली आहे की प्रतिदिन काही जुने कीर्तिमान मोडले जात आहेत व नवीन कीर्तिमान घडत आहेत, याचे कारण म्हणजे खेळात वैज्ञानिक घटकांचा प्रयोग. खेळाचे स्वरूप हे नेहमी अनिश्चित असते. म्हणून कोणत्याही व्यक्तिला सतत एकाच प्रकारची संधी मिळत नाही किंवा दिली जात नाही. अभ्यासाच्या काळात, स्पर्धेच्यां वेळी किंवा स्पर्धेनंतर अशी अनेक प्रेरक तत्वे असतात जी सर्व केवळ शारीरिक दक्षता, मानसिक दक्षता, मानसिक तत्परता, आपला आत्मविश्वास, आपल्या संघावरील प्रभाव व दुसऱ्या प्रतिस्पर्धी संघाच्या कठीण स्पर्धेतही तो आपल्या खेळात स्थिरता किंवा अस्थिरता निर्माण करू शकतो.

शरीराची ठेवण, कातडीचा रंग, बुद्धीमत्ता, स्वभाव धर्म, उंची इत्यादीचा ठेवा माणसाला जन्मत:च मिळालेला असतो. या अनुभवशील गुणामुळे व्यक्तीच्या गुणांची कमाल पातळी निश्चित होते आणि ही कमाल पातळी गाठण्यासाठी परिस्थितीचा हातभार लागतो. ही जैविक बीजे घेवून व्यक्ती आपला जीवनक्रम पूर्ण करीत असते. जीवन जगत असताना विविध बाहय घटकाचा, प्रामुख्याने सामाजिक घटकाचा, परिसराचा व्यक्तीचा जीवनावर परिणाम होत असतो. जैविक घटक व बाहय घटक यांच्या आंतरक्रियेंमुळे व्यक्तिमत्व घडत असते. त्यापैकी काही प्रमुख घटकाचा मुलांच्या क्रीडा विकासात वाटा असतो. या अनुषंगाने व्हॉलीबॉल, हॅन्डबॉल व बास्केटबॉल खेळाडूंच्या क्रीडा विकासाला प्रभावित करणाऱ्या घटकांचा अभ्यास या संशोधनकार्यात करण्यात आला आहे. या अभ्यासामुळे व्हॉलीबॉल, हॅन्डबॉल व बास्केटबॉल खेळाडूंच्या क्रीडा विकासाला चालना मिळेल.

२.० संशोधन पद्धती

संशोधन कार्यासाठी निर्दोष माहिती मिळण्यासाठी व संशोधनाची उद्देशपूर्ती होण्यासाठी सर्वेक्षण पद्धतीचा उपयोग करण्यात आला.

२.१ खेळाडूंची निवड

नागपूर व अमरावती जिल्ह्यातील महाविद्यालयांमधून आंतरमहाविद्यालयीन स्पर्धांमध्ये व्हॉलीबॉल, हॅन्डबॉल व बास्केटबॉल या खेळांमध्ये भाग घेणाऱ्या १८ ते २५ वर्षे वयोगटातील खेळाडूंची यदृच्छिक पद्धतीने निवड करण्यात आली. व्हॉलीबॉल, हॅन्डबॉल व बास्केटबॉल या खेळातील प्रत्येकी ७५ पुरूष खेळाडूची याप्रमाणे ४५० खेळाडूंची निवड करण्यात आली.

२.२ तथ्य संकलन पद्धती :

संशोधनाकरिता आवश्यक असलेली माहिती संकलित करण्याकरिता प्रश्नावली या साधनाचा उपयोग करण्यात आला. क्रीडा विकासाला प्रभावित करणाऱ्या घटकांचे अध्ययन करण्याकरीता प्रमाणित चाचणीच्या आधारे माहिती संकलित करण्यात आली. माहिती मिळवण्या करीता स्वनिर्मित प्रश्नावलीचा उपयोग करण्यात आला, निवडक खेळाडूंच्या समूहावर या प्रश्नावलीचा उपयोग केल्यावर व्यापक साहित्याच्या अवलोकनावरून प्रश्नावलीत समाविष्ट केलेल्या विविध प्रश्नाची वैधता निर्धारीत करण्यात आली. प्राथमिक अध्ययनातून प्राप्त झालेल्या माहितीच्या विश्लेषणावरून प्रश्नावलीच्या रचनेची वैधता निर्धारीत करण्यात आली व त्यानतर प्रश्नावलीत योग्य त्या सूधारणा करून प्रश्नावलीचा उपयोग अध्ययनाकरीता निवडलेल्या खेळाडूंवर करण्यात आला.

३.० सांख्यिकीय विष्लेशण आणि अर्थीविवेचन

३.१ उत्कृष्ट क्रीडा प्रदर्शनाकरीता नियमित सराव करणे आवश्यक आहे

सारणी क्र. १: शारीरिक क्षमतेचा स्तर वाढविण्याकडे कल याबाबत माहिती दर्शविणारी सारणी

		नागपूर जिल्हा			अमरावती जिल्हा		
		होय	नाही	एकुण	होय	नाही	एकुण
व्हॉलीबॉल	वारंवारीता	५१	२४	७५	३१	४४	७५
	प्रतिशत	६८.०	३२.०	१००	४१.३	५८.७	१००.०
हॅन्डबॉल	वारंवारीता	३२	४३	७५	२९	४६	७५
	प्रतिशत	४२.७	५७.३	१००	३८.७	६१.३	१००.०
बास्केटबॉल	वारंवारीता	३३	४२	७७	२७	४८	७५
	प्रतिशत	४४.०	५६.०	१००	३६.०	६४.०	१००.०

वरील सारणी क्रमांक १ मध्ये नागपूर व अमरावती जिल्ह्यातील आंतर महाविद्यालयीन स्तरावर विविध खेळ (व्हॉलीबॉल, हॅन्डबॉल व बास्केटबॉल) खेळणाऱ्या खेळाडूंची शारीरिक क्षमतेचा स्तर वाढविण्याकडे कल असण्यासंबंधी माहिती दर्शविण्यात आली आहे.

- व्हॉलीबॉल खेळाडू: सारणीत दर्शविलेल्या माहितीनुसार व्हॉलीबॉल खेळणारे नागपूर जिल्हातील ६८ टक्के खेळाडूंचा कल शारीरिक क्षमतेचा स्तर वाढविण्याकडे असून अमरावती जिल्ह्यातील ५८.७ टक्के खेळाडूंचा कल शारीरिक क्षमतेचा स्तर वाढविण्याकडे नसल्याचे आढळले.
- हॅन्डबॉल खेळाडू: सारणीत दर्शविलेल्या माहितीनुसार हॅन्डबॉल खेळणाऱ्या नागपूर जिल्हातील ५७.३ टक्के व अमरावती जिल्ह्यातील ६१.३ टक्के खेळाडूंचा कल शारीरिक क्षमतेचा स्तर वाढविण्याकडे नाही.
- बास्केटबॉल खेळाडू: सारणीत दर्शविलेल्या माहितीनुसार बास्केटबॉल खेळणाऱ्या नागपूर जिल्हातील ५६ टक्के व अमरावती जिल्ह्यातील ६४ टक्के खेळाडूंचा कल शारीरिक क्षमतेचा स्तर वाढविण्याकडे नाही.

३.२ क्रीडा कौशल्य विकसीत होण्याकरीता तज्ञ मंडळींचा सल्ला

सारणी क्र. २: क्रीडा कौशल्य विकसीत होण्याकरीता तज्ञ मंडळींचा सल्ला घेणे आवश्यक असण्यासंबंधी माहिती दर्शविणारी सारणी

		नागपूर जिल्हा			अमरावती जिल्हा		
		होय	नाही	एकुण	होय	नाही	एकुण
व्हॉलीबॉल	वारंवारीता	२७	४८	७५	२८	४७	७५
	प्रतिशत	३६.०	६४.०	१००	३७.३	६२.७	१००.०
हॅन्डबॉल	वारंवारीता	४९	२६	७५	५८	१७	७५
	प्रतिशत	६५.३	३४.७	१००	७७.३	२२.७	१००.०
बास्केटबॉल	वारंवारीता	५७	१८	७५	४०	३५	७५
	प्रतिशत	७६.०	२४.०	१००	५३.३	४६.७	१००.०

वरील सारणी क्रमांक २ मध्ये नागपूर व अमरावती जिल्ह्यातील आंतर महाविद्यालयीन स्तरावर विविध खेळ खेळणाऱ्या खेळाडूंची क्रीडा कौशल्य विकसीत होण्याकरीता तज्ञ मंडळींचा सल्ला घेणे आवश्यक असण्यासंबंधी प्रतिक्रिया दर्शविण्यात आली आहे.

- व्हॉलीबॉल खेळाडू: सारणीत दर्शविलेल्या माहितीनुसार व्हॉलीबॉल खेळणारे नागपूर जिल्हातील ६४ टक्के व अमरावती जिल्ह्यातील ६२.७ टक्के खेळाडूंच्या मते क्रीडा कौशल्य विकसीत होण्याकरीता तज्ञ मंडळींचा सल्ला घेणे आवश्यक आहे.
- हॅन्डबॉल खेळाडू: सारणीत दर्शविलेल्या माहितीनुसार हॅन्डबॉल खेळणाऱ्या नागपूर जिल्हातील ६५.३ टक्के व अमरावती जिल्ह्यातील ७७.३ टक्के खेळाडूंच्या मते क्रीडा कौशल्य विकसीत होण्याकरीता तज्ञ मंडळींचा सल्ला घेणे आवश्यक आहे.
- बास्केटबॉल खेळाडू: सारणीत दर्शविलेल्या माहितीनुसार बास्केटबॉल खेळणाऱ्या नागपूर जिल्हातील ७६ टक्के व अमरावती जिल्ह्यातील ५३.३ टक्के खेळाडूंना

३.३ आधुनिक व्यायाम पद्धत व क्रीडा स्पर्धेतील यश

सारणी क्र. ३: आधुनिक व्यायाम पद्धतीचा अंगीकार केल्याने क्रीडा स्पर्धामध्ये यश संपादन करणे शक्य होत असण्यासंबंधी माहिती दर्शविणारी सारणी

		नागपूर जिल्हा			अमरावती जिल्हा		
		होय	नाही	एकुण	होय	नाही	एकुण
व्हॉलीबॉल	वारंवारीता	२२	५३	७५	३१	४४	७५
	प्रतिशत	२९.३	७०.७	१००	४१.३	५८.७	१००.०
हॅन्डबॉल	वारंवारीता	४८	२७	७५	४२	३३	७५
	प्रतिशत	६४.०	३६.०	१००	५६.०	४४.०	१००.०
बास्केटबॉल	वारंवारीता	५६	१९	७५	४६	२९	७५
	प्रतिशत	७४.७	२५.३	१००	६१.३	३८.७	१००.०

वरील सारणी क्रमांक ३ मध्ये नागपूर व अमरावती जिल्ह्यातील आंतर महाविद्यालयीन स्तरावर विविध खेळ खेळणाऱ्या खेळाडूंची आधुनिक व्यायाम पद्धतीचा अंगीकार केल्याने क्रीडा स्पर्धांमध्ये यश संपादन करणे शक्य होत असण्यासंबंधी प्रतिक्रिया दर्शविण्यात आली आहे.

- व्हॉलीबॉल खेळाडू: सारणीत दर्शविलेल्या माहितीनुसार व्हॉलीबॉल खेळणारे नागपूर जिल्हातील ७०.७ टक्के व अमरावती जिल्ह्यातील ५८.७ टक्के खेळाडूंच्या मते आधुनिक व्यायाम पद्धतीचा अंगीकार केल्याने क्रीडा स्पर्धांमध्ये यश संपादन करणे शक्य होत नाही.
- हॅन्डबॉल खेळाडू: सारणीत दर्शविलेल्या माहितीनुसार हॅन्डबॉल खेळणाऱ्या नागपूर जिल्हातील ६४ टक्के व अमरावती जिल्ह्यातील ५६ टक्के खेळाडूंच्या मते आधुनिक व्यायाम पद्धतीचा अंगीकार केल्याने क्रीडा स्पर्धांमध्ये यश संपादन करणे शक्य होते.
- बास्केटबॉल खेळाडू: सारणीत दर्शविलेल्या माहितीनुसार बास्केटबॉल खेळणाऱ्या नागपूर जिल्हातील ७४.७ टक्के व अमरावती जिल्ह्यातील ६१.३ टक्के खेळाडूंच्या मते आधुनिक व्यायाम पद्धतीचा अंगीकार केल्याने क्रीडा स्पर्धांमध्ये यश संपादन करणे शक्य होते.

३.४ क्रीडा सुविधांची उपलब्धता व क्रीडा स्पर्धेतील प्रदर्शन

सारणी क्र. ४: क्रीडा सुविधांची उपलब्धता क्रीडा स्पर्धेतील प्रदर्शनामध्ये महत्वपूर्ण भूमिका बजावत असण्यासंबंधी माहिती दर्शविणारी सारणी

		नागपूर जिल्हा			अमरावती जिल्हा		
		होय	नाही	एकुण	होय	नाही	एकुण
व्हॉलीबॉल	वारंवारीता	१९	५६	७५	२६	४९	७५
	प्रतिशत	२५.३	७४.७	१००	३४.७	६५.३	१००.०
हॅन्डबॉल	वारंवारीता	२७	४८	७५	३५	४०	७५
	प्रतिशत	३६.०	६४.०	१००	४६.७	५३.३	१००.०
बास्केटबॉल	वारंवारीता	५३	२२	७५	५९	१६	७५
	प्रतिशत	७०.७	२९.३	१००	७८.७	२१.३	१००.०

वरील सारणी क्रमांक ४ मध्ये नागपूर व अमरावती जिल्ह्यातील आंतर महाविद्यालयीन स्तरावर विविध खेळ खेळणाऱ्या खेळाडूंची क्रीडा सुविधांची उपलब्धता क्रीडा स्पर्धेतील प्रदर्शनामध्ये महत्वपूर्ण भूमिका बजावत असण्यासंबंधी प्रतिक्रिया दर्शविण्यात आली आहे.

- व्हॉलीबॉल खेळाडू: सारणीत दर्शविलेल्या माहितीनुसार व्हॉलीबॉल खेळणारे नागपूर जिल्हातील ७४.७ टक्के व अमरावती जिल्ह्यातील ६५.३ टक्के खेळाडूंच्या मते क्रीडा सुविधांची उपलब्धता क्रीडा स्पर्धेतील प्रदर्शनामध्ये महत्वपूर्ण भूमिका बजावत नाही.
- हॅन्डबॉल खेळाडू: सारणीत दर्शविलेल्या माहितीनुसार हॅन्डबॉल खेळणारे नागपूर जिल्हातील ६४.० टक्के व अमरावती जिल्ह्यातील ५३.३ टक्के खेळाडूंच्या मते क्रीडा सुविधांची उपलब्धता क्रीडा स्पर्धेतील प्रदर्शनामध्ये महत्वपूर्ण भूमिका बजावत नाही.

- बास्केटबॉल खेळाडू: सारणीत दर्शविलेल्या माहितीनुसार बास्केटबॉल खेळणाऱ्या नागपूर जिल्हातील ७०.७ टक्के व अमरावती जिल्ह्यातील ७८.७ टक्के खेळाडूंच्या मते क्रीडा सुविधांची उपलब्धता क्रीडा स्पर्धेतील प्रदर्शनामध्ये महत्वपूर्ण भूमिका बजावते.

४.० **निष्कर्ष —** क्रीडा प्रदर्शनाला प्रभावित करणारे घटक

४.१ उत्कृष्ट क्रीडा प्रदर्शनाकरीता नियमित सराव करणे आवश्यक आहे

- प्रस्तुत संशोधनकार्यात प्राप्त परिणामांच्या आधारे असे निदर्शनास येते की, अध्ययन क्षेत्रातील हॅन्डबॉल व बास्केटबॉल खेळाडूंपेक्षा व्हॉलीबॉल खेळाडूंचा कल शारीरिक क्षमतेचा स्तर वाढविण्याकडे जास्त आहे.

४.२ क्रीडा कौशल्य विकसीत होण्याकरीता तज्ञ मंडळींचा सल्ला

- प्रस्तुत संशोधनकार्यात प्राप्त परिणामांच्या आधारे असे निदर्शनास येते की, अध्ययन क्षेत्रातील व्हॉलीबॉल, हॅन्डबॉल व बास्केटबॉल खेळाडूंच्या मते क्रीडा कौशल्य विकसीत होण्याकरीता तज्ञ मंडळींचा सल्ला घेणे आवश्यक आहे.

४.३ आधुनिक व्यायाम पद्धत व क्रीडा स्पर्धेतील यश

- प्रस्तुत संशोधनकार्यात प्राप्त परिणामांच्या आधारे असे निदर्शनास येते की, अध्ययन क्षेत्रातील व्हॉलीबॉल खेळाडूंपेक्षा हॅन्डबॉल व बास्केटबॉल खेळाडूंच्या मते आधुनिक व्यायाम पद्धतीचा अंगीकार केल्याने क्रीडा स्पर्धांमध्ये यश संपादन करणे शक्य होते-

४.४ क्रीडा सुविधांची उपलब्धता व क्रीडा स्पर्धेतील प्रदर्शन

- प्रस्तुत संशोधनकार्यात प्राप्त परिणामांच्या आधारे असे निदर्शनास येते की, अध्ययन क्षेत्रातील व्हॉलीबॉल, हॅन्डबॉल व बास्केटबॉल खेळाडूंच्या मते क्रीडा सुविधांची उपलब्धता क्रीडा स्पर्धेतील प्रदर्शनामध्ये महत्वपूर्ण भूमिका बजावत नाही.

५.० आाधारग्रंथ सूची

1. आलेगांवकर प.म., 'मानसशास्त्र शिक्षण, शारीरिक शिक्षण, खेळ अर्थात क्रीडा मानसशास्त्र', रघुवंशी प्रकाशन, २४३(ब), शुक्रवार पेठ, पुणे २, १९८९, पृ.क्र. १.
2. घाटोळे रा. ना. समाज शास्त्रीय संशोधन तत्वे आणि पध्दती श्री मंगेश प्रकाशन रामदासपेठ नागपूर १० चतुर्थ आवृत्ती १९९०.
3. बोधनकर सु., अलोनी वि., सामाजिक संशोधन पद्धती, श्री. साईनाथ प्रकाशन, नागपूर, २००३:१४७.
4. बोरूडे, रा. र., संशोधन पध्दतीशास्त्र, प्रकाशक—महाराष्ट्र विद्यापीठ ग्रंथ निर्मिती मंडळ नागपूर, तिसरी आवृत्ती १९८७.
5. कायंदे पाटील डॉ. गंगाधर वि. — संशोधन पद्धती चैतन्य पब्लिकेशन्स, नाशिक—१३, जून, २००६
6. कऱ्हाडे बी. एम — 'शास्त्रीय संशोधन पद्धती' पिंपळापूरे प्रकाशन, नागपूर — २००८
7. महाले सं., कर्डिले व., संशोधन पद्धती, संशोधनात सांख्यिकी तंत्राचे उपयोजन, प्रकाशक, यशवंतराव चव्हाण महाराष्ट्र मुक्त विद्यापीठ, नाशिक, २००२