



REVIEW OF RESEARCH

ISSN: 2249-894X

IMPACT FACTOR : 5.2331(UIF)

VOLUME - 7 | ISSUE - 4 | JANUARY - 2018

UGC APPROVED JOURNAL NO. 48514



खो-खो खेळातील समस्या

डॉ. विलास रूपला राठोड

यशवंतराव चव्हाण महाविद्यालय, तुळजापूर, जि. उस्मानाबाद.

प्रस्तावना

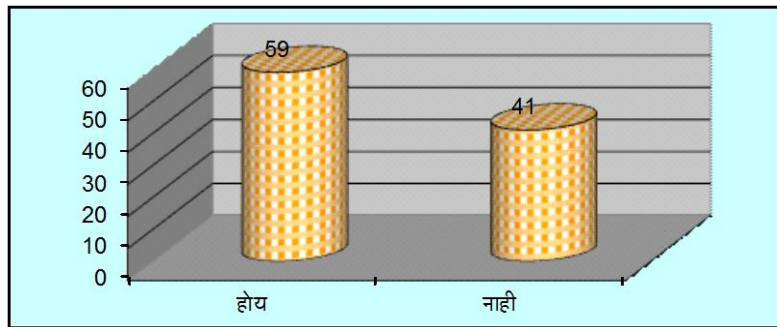
खो-खो खेळाचा विकास करताना या खेळाच्या मार्गात अनेक प्रकारच्या समस्या आहेत. त्या कमी-अधिक प्रमाणात असल्याचे दिसून येते. डोनाल्ड च्यू यांच्या मते, 'खेळाडूंची अवस्था किंवा स्थिती ही त्यांना लाभणाऱ्या पाठिंब्यावर अवलंबून असते. सामाजिक व्यवस्थेतील स्थान हे येथील प्रतिष्ठेवर आधारलेले असते.'¹ खो-खो खेळास अशी प्रतिष्ठा प्राप्त करून देण्यासाठी या समस्यांचा शोध घेणे आवश्यक असते. या दृष्टीने या भागात काही प्रश्न विचारले असता पुढील माहिती समोर आली आहे.

खो-खोच्या लोकप्रियतेत घट

खेळाची लोकप्रियता ही त्या खेळाच्या सामाजिक प्रभावावर अवलंबून असते. सतनाम सिंग यांच्या मते, 'भारतामध्ये शारीरिक शिक्षणात अनेक संधी असून, आव्हाने सुद्धा आहेत. त्याचे रूपांतर सकारात्मक दृष्टीमध्ये करणे ही बाब खरी महत्त्वाची ठरते.'² या पार्श्वभूमीवर मराठवाडा प्रदेशात खो-खो ची लोकप्रियता घटत आहे असे आपणस वाटते काय? असा प्रश्न विचारला असता पुढील माहिती समोर आली आहे ती तालिका व आलेखाच्या स्वरूपात दर्शविली आहे.

तालिका क्र. १
खो-खोच्या लोकप्रियतेत घट

तपशील	संख्या	टक्केवारी
होय	५९	५९
नाही	४१	४१
एकूण	१००	१००



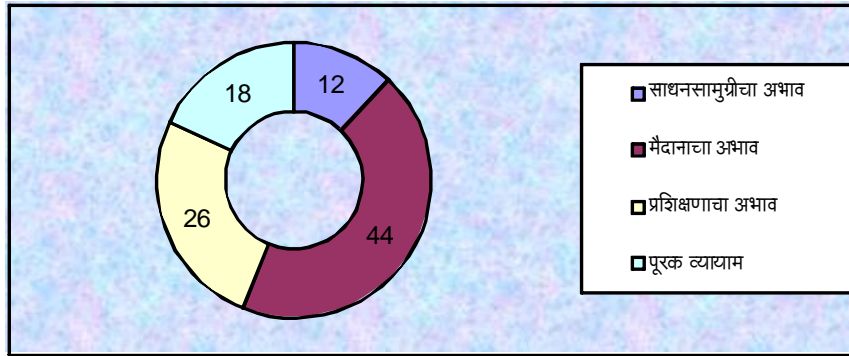
या पाहणीतून असे स्पष्ट होते की, खो-खो च्या लोकप्रियतेत घट होत असल्याचे मत सर्वाधिक म्हणजे ५९ टक्के विद्यार्थी उत्तरदात्यांनी व्यक्त केले आहे तर, लोकप्रियतेत घट होत नसल्याचे मत ४१ टक्के उत्तरदात्यांनी व्यक्त केले आहे. याचा अर्थ असा की, खो-खो खेळाचा दर्जा सुधारून त्यासाठी लागणाऱ्या सोयी सुविधा पुरविण्यात याव्यात व घटत असलेली लोकप्रियता पुन्हा मिळवून देण्यासाठी प्रयत्न करणे आवश्यक आहे.

खो-खोच्या विकासातील प्रमुख अडचण

कोणताही देशी खेळ २१व्या शतकात रुजविणे व टिकविणे हे सोपे काम नाही. त्याच्या मार्गात अनेक अडचणी येतात. या अडचणींचे स्वरूप पाहता खो-खो या खेळाला सुद्धा अनेक अडचणींना सामोरे जावे लागते. भारतातील शिक्षणव्यवस्था ही रशियासी मिळती जुळती आहे. वयाच्या सहाव्या वर्षी मुले शाळेत जाऊ लागतात. व ती पुढील शिक्षण घेऊ लागतात. तेथून त्यांच्या क्रीडा विकासाला सुरुवात होते. खो-खो खेळाच्या विकासात अविकसनशील मराठवाडा भागात अनेक अडचणी आहेत. खास करून आर्थिक, संरचनात्मक व प्रशिक्षणविषयक अडचणी या मुख्य आहेत. धर्मसिंग यांच्या मते, 'एखाद्या खेळाच्या व्यवस्थेत निर्माण झालेल्या अडचणी व दोष दूर करून ती व्यवस्था दुरुस्त करणे हे सुद्धा शारीरिक शिक्षणाच्या अभ्यासाचे प्रमुख लक्ष्य असते.'^३ या पार्श्वभूमीवर खो-खो च्या विकासातील प्रमुख अडचण कोणती असा प्रश्न विचारला असता पुढील माहिती समोर आली आहे ती तालिका व आलेखाच्या स्वरूपात दर्शविली आहे.

तालिका क्र. २
खो-खोच्या विकासातील प्रमुख अडचण

तपशील	संख्या	टक्केवारी
साधनसामुग्रीचा अभाव	१२	१२
मैदानाचा अभाव	४४	४४
प्रशिक्षणाचा अभाव	२६	२६
पूरक व्यायाम	१८	१८
एकूण	१००	१००



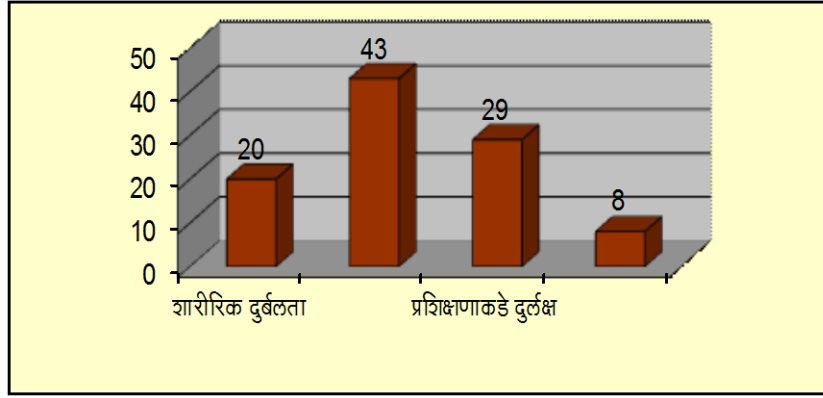
उपरोक्त तालिकेवरून असे दिसते की, खो-खो च्या विकासातील प्रमुख अडचण ही मैदानाचा अभाव असल्याचे मत सर्वाधिक म्हणजे ४४ टक्के उत्तरदात्यांनी व्यक्त केले आहे तर, प्रशिक्षणाचा अभाव असल्याचे मत २६ टक्के उत्तरदात्यांनी व्यक्त केले आहे. पूरक व्यायाम आणि साधनसामुग्रीचा अभाव असल्याचे मत अनुक्रमे १८ टक्के व १२ टक्के उत्तरदात्यांनी व्यक्त केले आहे. याचा अर्थ असा की, मैदाने व प्रशिक्षकांची असलेली कमतरता भरून काढणे आवश्यक आहे.

फिटनेस किंवा तदुंरुस्तीतील अडचण

खेळाडू तंदुरुस्त रहावा, त्याचा फिटनेस टिकून राहावा यासाठी काळजी घेणे आवश्यक असते. शारीरिक शिक्षणात प्रशिक्षण हे प्रामुख्याने तंदुरुस्ती किंवा फिटनेसच्या बाबतीत अमुलाग्र बदल घडवतात. कौशिक म्हणतात, शारीरिक तंदुरुस्ती हा प्रशिक्षणाचा सर्वात मोठा लाभ होय. तसेच शरीराचे संतुलन राखणे, वजन नियंत्रित करणे आणि रक्ताभिसरण व श्वाच्छोश्वास यात सुधारणा करून शालेय खेळाडूंचा उत्साह गतिमान ठेवणे यात प्रशिक्षण पूरक ठरते.^४ या पार्श्वभूमीवर खो-खो खेळात फिटनेस किंवा तंदुरुस्ती वाढविण्यात कोणत्या अडचणी आहेत? असा प्रश्न विचारला असता पुढील माहिती समोर आली आहे, ती तालिका व आलेखाच्या स्वरूपात दर्शविली आहे.

तालिका क्र. ३
फिटनेस किंवा तंदुरुस्तीतील अडचण

तपशील	संख्या	टक्केवारी
शारीरिक दुर्बलता	२०	२०
सकस आहाराचा अभाव	४३	४३
प्रशिक्षणाकडे दुर्लक्ष	२९	२९
संघटनेतील औदासिन्य	०८	०८
एकूण	१००	१००



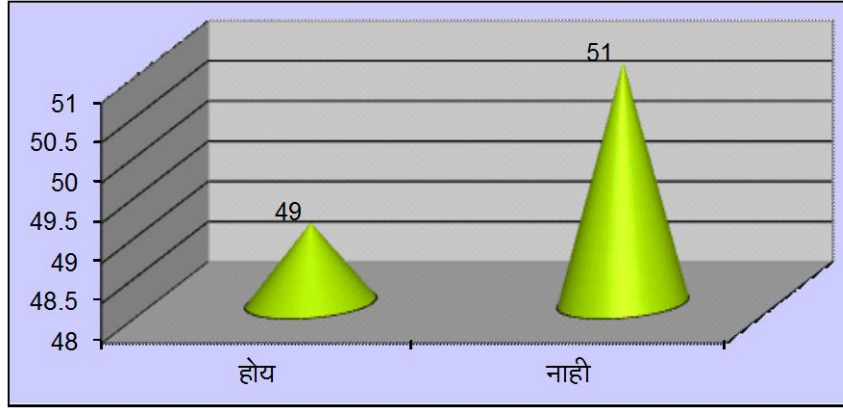
उपरोक्त तालिकेवरून असे दिसून येते की, सकस आहाराचा अभाव हे खो-खो खेळात फिटनेस किंवा तंदुरुस्ती वाढविण्यात मोठी अडचण असल्याचे मत बहुसंख्य म्हणजे ४३ टक्के उत्तरदात्यांनी व्यक्त केले आहे तर, प्रशिक्षणाकडे दुर्लक्ष होते असे मत २९ टक्के उत्तरदात्यांनी मांडले आहे. शारीरिक दुर्बलता ही एक मोठी अडचण असल्याचे मत २० टक्के उत्तरदात्यांनी व्यक्त केले आहे. आणि खो-खो संघटनेतील औदासिन्य ही अडचण ८ टक्के उत्तरदात्यांनी नमूद केली आहे. याचा अर्थ असा की, खेळाडूंच्या सकस आहाराकडे लक्ष देण्याची गरज आहे.

खो-खो असोसिएशनची शाखा

एखाद्या खेळातील उच्चस्तर कामगिरी ही त्या खेळाच्या संघटनेच्या कार्यावर आधारलेली असते. ही संघटना खेळाडूंना विशेष प्रशिक्षण देते, कौशल्य विकासाचे कार्यक्रम आयोजित करते. ती कौशल्ये आक्रमक व बचावात्मक कौशल्ये म्हणून ओळखली जातात.^५ या पार्श्वभूमीवर आपल्या भागात खो-खो असोसिएशनची शाखा आहे काय? असा प्रश्न विचारला असता पुढील माहिती समोर आली आहे ती तालिका व आलेखाच्या स्वरूपात दर्शविली आहे.

तालिका क्र. ४
खो-खो असोसिएशनची शाखा

तपशील	संख्या	टक्केवारी
होय	४९	४९
नाही	५१	५१
एकूण	१००	१००



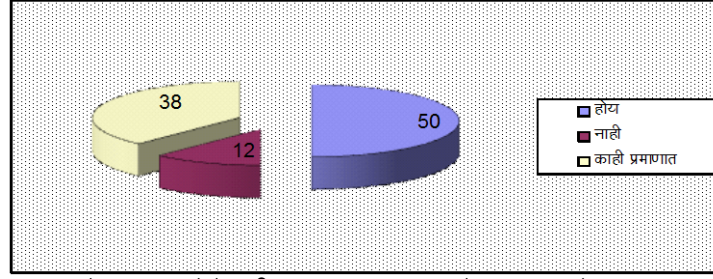
उपरोक्त तालिकेवरून असे स्पष्ट होते की, आपल्या भागात खो-खो असोसिएशनची शाखा नाही असे ५१ टक्के म्हणजे बहुसंख्य उत्तरदात्यांचे म्हणणे आहे तर, आपल्या भागात खो-खो असोसिएशनची शाखा आहे असे ४९ टक्के उत्तरदात्यांनी सांगितले याचा अर्थ असा की, अजूनही बहुसंख्य भागात खो-खो असोसिएशनची शाखा नाही. ती स्थापन करण्यासाठी पुढाकार घेणे गरजेचे आहे.

स्वतंत्र प्रशिक्षकाची नेमणूक

प्रशिक्षक हे खेळाडूंच्या पाठिचा कणा असतो. कारण तरुण खेळाडूंच्या मनात खेळाबद्दल प्रेम उत्पन्न करण्याचे काम हे प्रशिक्षकच करत असतात. पी. आर. रोकडे यांच्या मते, 'सक्रिय आणि रचनात्मक बदल घडवून आणण्यासाठी चांगले प्रशिक्षक वरदान ठरतात.'^६ या पार्श्वभूमीवर आपण खेळाच्या विकासासाठी स्वतंत्र प्रशिक्षक नेमता काय? असा प्रश्न विचारला असता पुढील माहिती समोर आली आहे ती तालिका व आलेखाच्या स्वरूपात दर्शविली आहे.

तालिका क्र. ५
स्वतंत्र प्रशिक्षकाची नेमणूक

तपशील	संख्या	टक्केवारी
होय	५०	५०
नाही	१२	१२
काही प्रमाणात	३८	३८
एकूण	१००	१००



उपरोक्त तालिकेवरून असे स्पष्ट होते की, बहुसंख्य म्हणजे ५० टक्के उत्तरदात्यांनी खेळाच्या विकासासाठी स्वतंत्र प्रशिक्षक नेमतो असे मत नोंदवले आहे तर, काही प्रमाणात प्रशिक्षकांची नेमणूक करतो असे ३८ टक्के उत्तरदात्यांनी सांगितले आणि १२ टक्के उत्तरदात्यांनी प्रशिक्षक नेमत नसल्याचे सांगितले याचा अर्थ असा की, बहुसंख्य उत्तरदात्यांचा कल हा स्वतंत्र प्रशिक्षक नेमण्याकडे आहे.

सारांश / निष्कर्ष:

उस्मानाबाद जिल्ह्यातील तुळजापूर तालुक्यातील विद्यार्थी निवडून त्यांची जी सामाजिक पाहणी करण्यात आली त्याचा अहवाल तालिका व आलेख याद्वारे सादर करण्यात आला. तसेच अनुमाने काढण्यात आली आणि त्या आधारे तथ्यांचे विश्लेषण करण्यात आले. या पाहणीतील शेवटच्या समुहात अडचणी व उपाय योजना याबाबत विचार करण्यात आला.

सूर्यनमस्कार या भारतीय व्यायामाचा खो-खो खेळाच्या शिक्षण प्रणालीवर होणारा परिणाम अभ्यासताना येथे एका बाजूला या खेळाडूंची सामाजिक पाहणी करण्यात आली व दुसऱ्या बाजूला प्रायोगिक आराखडा वापरून सूर्यनमस्कारामुळे त्यांच्या प्रावीण्यात झालेल्या वाढीची नोंद करून त्या आधारे सांख्यिकीय विश्लेषण करण्यात आले. या पद्धतीचा वापर तथ्यांना निश्चित स्वरूप देण्यासाठी करण्यात आला.

संदर्भ:

1. Ibid, p. 209
2. Singh Satnam, (2007), Modern Methods of Teaching Physical Education, Sristhi Book Distributors, New Delhi ,p. 22
3. Dharm Singh, (2005), Encyclopaedia of physical education, Anmol Publications pvt.ltd., New Delhi, p. 107
4. Kaushik H. K., Foundations of Physical Education, Sublime Publications, Jaipur, 2009, p. 253
5. जर्दे श्रीपाल व पाटील विजय, उपरोक्त, पृ. ३१
6. रोकडे पी. आर. (२००६), शारीरिक शिक्षणाचा इतिहास आणि योगाभ्यास, हर्षल पब्लिकेशन, औरंगाबाद, पृ. १९५