Review Of Research
ISSN 2249-894X

Impact Factor : 3.1402(UIF)
Volume - 5 | Issue - 2 | Nov - 2015

औरंगाबाद विद्यापीठातील ॲथलेटिक्स खेळाडूंच्या शारीरिक क्षमतांचा स्पर्धेतील कामगीरीवर होणाऱ्या परिणामांचा चिकित्सक अभ्यास

Dr. Chandrasen Uddhavrao Saruk
Physical Director , Kala Mahavidyalaya, Nandurghat , Tal: Kaij, Dist: Beed.

प्रस्तावना

आजच्या आधुनिक युगात प्रत्येक क्षेत्रामध्ये प्रगती झाल्याचे आपणांस दिसून येईल व अशा प्रकारची झालेली प्रगती ही त्या त्या क्षेत्रातील संशोधनाशिवाय झालेली नाही. खेळ, क्रीडा आणि शारीरिक शिक्षण त्यास अपवाद नाही. ॲथलेक्टिस हे नाव धावणे, फेकणे, उड्या मारणे यांच्या शर्यती व चढा-ओढी यांच्याशिवाय इतर विषयासही लावता येईल. ॲथलेक्टिस याचा अर्थ स्नायूंची शक्ती वाढविणारे शारीरिक व्यायाम, ॲथलेक्टिस म्हणजे मानवाच्या नैसर्गिक शारीरिक हालचालींचे स्पर्धात्मक रूप. या मूलभूत तत्त्वावरच ॲथलेक्टिस आधारित आहे.

ॲथलिट या शब्दाचा अर्थ व्यायामाचा शिक्षणाने शरीर सामर्थ्य संपादन करून त्याचे प्रदर्शन करणारा खेळाडू प्राचीन ग्रीक व रोमन लोकांच्या खेळांच्या सामन्यात भाग घेणाऱ्या खेळाडूस ॲथलिट म्हणण्याचा प्रघात होता. ज्या क्रीडा प्रकारात फेकणे, उड्या मारणे, धावणे या बाबी येतात तो खेळ म्हणजे ॲथलेक्टिस होय. १५९५ ते १६०५ दरम्यान लॅटनी शब्द 'athleticus' चे रूपांतर ग्रीक शब्द 'athletikos' मध्ये होवून याचे रूपांतर 'athletic' यामध्ये झाले. त्याचा अर्थ 'strong of body' म्हणजे शरीराचा दमदारपणा होय. (Online Etymology Dictionary २०१० Douglas Harper)

आधुनिक तंत्राचा वापर करून ॲथलेटीक्स या खेळास विकसित करण्याचा प्रयत्न केला जात आहे. या तंत्राचा उपयोग केल्यामुळे खेळाडूची खेळातील क्षमता वाढते. त्यामुळे खेळाडू आपले कौशल्ये मैदानावर दाखवू शकतात. त्यामुळे आंतर विद्यापीठ स्तरावर ॲथलेटीक्स खेळाडूची क्षमता संवर्धनासाठी हे संशोधन उपयुक्त ठरू शकेल.

समस्या विधान

औरंगाबाद विद्यापीठातील ॲथलेटिक्स खेळाडूंच्या शारीरिक क्षमतांचा स्पर्धेतील कामगीरीवर होणाऱ्या परिणामांचा चिकित्सक अभ्यास

संशोधनाची उद्दिष्टे

1. औरंगाबाद विद्यापीठातील ॲथलेटीक्स खेळाडूंच्या शारीरिक क्षमतांचा अभ्यास.
2. औरंगाबाद विद्यापीठातील ॲथलेटीक्स खेळाडूंच्या शारीरिक क्षमतांचा अभ्यास.
3. औरंगाबाद विद्यापीठातील ॲथलेटीक्स खेळाडूंच्या शारीरिक क्षमतांशी निगडीत बाबींचा अभ्यास.

संशोधनाची व्याप्ती

प्रस्तुत संशोधन हे फक्त औरंगाबाद विद्यापीठातील मान्यताप्राप्त महाविद्यालयातील एकूण 20 ॲथलेटीक्स खेळाडूंचा समावेश होता.

संशोधनाच्या मर्यादा

1) प्रस्तुत संशोधनासाठी औरंगाबाद विद्यापीठातील मान्यताप्राप्त महाविद्यालयातील फक्त खेळाडू मुलांचाच विचार केला जाणार आहे.
2) औरंगाबाद विद्यापीठातील ॲथलेटीक्स खेळाडू मुलांचाच विचार केला जाणार आहे.
3) औरंगाबाद विद्यापीठातील ॲथलेटीक्स खेळाडू मुलांचाच शारीरिक क्षमतांचाच अभ्यास केला जाणार आहे.
4) शारीरिक क्षमतामध्ये लवचिकता, ताकद, वेग, सहन शक्ती, शक्ती इत्यादी घटकांचाच अभ्यास केला जाणार आहे.
५) शैक्षणिक वर्ष 2015-2016 पर्यंतच्या खेळाडू पुरतेच मर्यादित आहे.

संशोधनाची गृहितके

1. प्रस्तुत संशोधनामुळे औरंगाबाद विद्यापीठातील ॲथलेटीक्स खेळाडूंच्या शारीरिक क्षमतांचा गुणात्मक अभ्यास केला जाईल.
2. औरंगाबाद विद्यापीठातील ॲथलेटीक्स खेळाडूंवर आर्थिक, सामाजिक व भौगोलिक परिस्थितीचा परिणाम त्यांच्या क्रीडा कामगिरीवर (Performance) होतो ही दिसून येईल.

संशोधनाचे महत्व

खेळाडूंच्या शारीरिक क्षमतांचे संवर्धन करणे आवश्यक असल्यामुळे व खेळाडूची स्पर्धेतील कामगिरी पाहण्यासाठी सहाय्यभूत ठरते. ॲथलेटीक्स खेळाडूची शारीरिक सुदृढता, खेळातील दर्जा, कौशल्याचा विकास इत्यादी सर्व वेगवेगळ्या कसोट्या किंवा चाचण्या घेऊन मापन करतो. अशा पध्दतीचा वापर करून खेळाडूची आंतर महाविद्यालयीन आंतर विद्यापीठ स्पर्धेतल कामगिरी, त्यांची शारीरिक सुदृढता पाहण्यासाठी प्रस्तुत संशोधनाची गरज आहे.

संशोधन कार्यपध्दती

१. संशोधन पध्दती

सदरचे संशोधन वर्तमान काळाशी निगडीत असल्याने वर्णनात्मक संशोधन पध्दतीतील निरीक्षण अभ्यास प्रकारातील निरीक्षण पध्दतीचा वापर करण्यात आलेला आहे.

२. संशोधनाची साधने

सदरच्या संशोधनासाठी संशोधकाने प्रश्नावलीचा वापर केला आहे.

३. संख्याशास्त्रीय साधने

प्रस्तुत संशोधनासाठी संकलित केलेल्या सामुग्रीचे विश्लेषण करण्यासाठी शेकडेवारी व आलेखाचा वापर केला आहे.

४. नमुना निवड

प्रस्तुत संशोधनासाठी नमुना निवड संभाव्यतेवर आधारित पध्दतीमधील **सुगम यादृच्छिक नमुना निवड प्रकारातील लॉटरी पध्दतीने** व असंभाव्यतेवर आधारीत पध्दतीमधील **सहेतूक नमुना निवड पध्दतीने** निवड करण्यात आली. प्रस्तुत संशोधनामध्ये संशोधक ज्या साधनांव्दारे माहिती प्राप्त करेल त्या माहितीचे एकूण प्रायोगिक पध्दतीव्दारे प्रश्नावलीव्दारे, सादरीकरण केले. औरंगाबाद विद्यापीठातील मैदानी खेळाडूंची ऐच्छिक नमुना निवडीतील लॉटरी पध्दतीचा वापर करुन १०/१० खेळाडंची निवड केली आहे.

प्रस्तुत संशोधनासाठी औरंगाबाद विद्यापीठातील मान्यताप्राप्त महाविद्यालयातील फक्त खेळाडूंची सहेतुक नमुना पध्दतीने निवड केली आहे.

माहितीचे विश्लेषण व अर्थनिर्वचन

संशोधकाने संशोधन करताना प्राप्त माहितीचे संकलन करुन निवड साधनांव्दारे अर्थनिर्वचन केले आहे. प्रस्तुत संशोधनासाठी वापरल्या जाणाऱ्या साधनांचा योग्य त्या ठिकाणी उपयोग करुन प्राप्त माहितीचे विश्लेषण व अर्थनिर्वचन केले आहे.

संशोधनाचे निष्कर्ष

या संशोधनासाठी औरंगाबाद विद्यापीठातील अनुदानित महाविद्यालयातील खेळाडू व शारीरिक शिक्षण संचालकांना येणाऱ्या अडचणी तपासण्यासाठी खेळाडूसाठी प्रश्नावल्या तयार केल्या व त्याद्वारे प्राप्त माहितीचे विश्लेषन करून पुढील निष्कर्ष काढले आहेत. हे निष्कर्ष काढण्यासाठी उद्दिष्टांना आधार मानण्यात आले आहे.

निष्कर्ष

१. बहुतांश विद्यार्थी १० ते ११ वया पासून पुढे खेळ खेळण्यास सुरुवात करतात.
२. विद्यापीठातील मैदानाचा वापर सरावासाठी करणाऱ्या विद्यार्थ्यांची संख्या जास्त आहे.
3. आधुनिक क्रीडा साहित्याची विद्यापीठामध्ये मुबलक प्रमाणामध्ये उपलब्ध आहेत व त्याचा वापर आहे
४. महाविद्यालय स्वतः खर्च करुन साहित्य उपलब्ध करुन खेळाडूंना प्रोत्साहित करते.
५. ॲथलेटिकस या क्रीडा प्रकारासाठी अत्यंत महत्व हे मार्गदर्शकाचे असते, विद्यार्थ्यांमधील चुकांची दुरुस्ती होऊन त्यांना अचूक मार्गदर्शन करण्यास मार्गदर्शक आवश्यक असतो.

६. खेळाडू म्हणून त्यांची वेळोवेळी तपासणी केल्यास त्यांच्यामधील सर्व कमकूवत दूवे बाजूला सारुन त्यांना उभारी देण्याचे काम ही वैद्यकीय तपासणी मार्फत केले जाते.
७. खेळाडूंच्या आहारासाठी वैद्यकीय सल्ल्याची सुध्दा गरज आहे.
८. प्रत्येकाची वैयक्तीक कामगीरी अजूनही समाधानी मिळण्यासाठी अजूनही सराव केला पाहिजे तरच कामगीरीमध्ये सुधारणा होईल.
९. खेळाडूंची खिलाडू वृत्तीने खेळण्याची खेळाडूंना सवय असल्यामुळे परिस्थितीचा कोणताही परिणाम होत नाही.
१०. खेळाडूंच्या व क्रीडा साहित्याच्या दर्जा बाबत काहीही तक्रार नाही.
११. खेळाडू हे साधारणतः मध्यम व गरीब वर्गातील जास्त संख्या ही खेळाडूंची आहे.

REFERENCES

Kothari, C. R. (2004), 'Research Methodology', New Delhi: New Age International Publishers.
भिंताडे वि.रा. (२००८), शैक्षणिक संशोधन पध्दती, नित्यनूतन प्रकाशन, पुणे
दांडेकर वा.ना. (२००४), शैक्षणिक मूल्यमापन व संख्याशास्त्र, श्रीविद्या प्रकाशन
मंडलीक विश्वास (२००४), योग प्रवेश, योग चैतन्य प्रकाशन विभाग
स्वामी रामदेव (डिसेंबर २००७), योगसाधना व योग चिकित्सा सहस्य, साई सिक्युरिटी प्रिंटर्स प्रा. लिमिटेड
अय्यंगार बी.एस. (१९९३), योगदिपिका, ओरिएंट लाँगमन प्रकाशन, पुणे
पंडित बन्सी बिहारी (२००८), शिक्षणातील संशोधन, नित्यनूतन प्रकाशन, पुणे

Dr. Chandrasen Uddhavrao Saruk
Physical Director , Kala Mahavidyalaya, Nandurghat , Tal: Kaij, Dist: Beed.