REVIEW OF RESEARCH
ISSN: 2249-894X
IMPACT FACTOR : 5.7631(UIF)
VOLUME - 11 | ISSUE - 3 | DECEMBER - 2021

विशेष गरजा असलेल्या व नसलेल्या मुलांमध्ये सुधारित शारीरिक शिक्षणाच्या माध्यमातून हालचाली कौशल्य विकासाचा अभ्यास

प्रा.डॉ.सारुक चंद्रसेन उध्दवराव
शिवसागर सेवाभावी शिक्षण प्रसारक मंडळ, छ.संभाजी नगर संचलित
कला महाविद्यालय, नांदूरघाट, ता. केज जि.बीड.

सारांश (Abstract)

शारीरिक शिक्षण हे विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासासाठी महत्त्वाचे असते. विशेष गरजा असलेल्या मुलांना सामाजिक व शारीरिक समावेशासाठी विशिष्ट पद्धतींचा वापर करणे आवश्यक असते. अशा मुलांसाठी सुधारित शारीरिक शिक्षण हे एक प्रभावी साधन ठरते.

या संशोधनाचा मुख्य उद्देश म्हणजे सुधारित शारीरिक शिक्षण (Adapted Physical Education) कार्यक्रमाच्या माध्यमातून विशेष गरजा असलेल्या व नसलेल्या विद्यार्थ्यांमध्ये मोटर स्किल (Motor Skills) म्हणजेच हालचालींचे कौशल्य कसे विकसित होते हे जाणून घेणे. बीड शहरातील विविध शाळांतील विद्यार्थ्यांवर आधारित नमुना घेऊन त्यांचा पूर्व चाचणी व पश्चात चाचणीद्वारे तुलनात्मक अभ्यास करण्यात आला.

प्रस्तावना (Introduction)

शारीरिक शिक्षण हे विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासासाठी महत्त्वाचे असते. विशेष गरजा असलेल्या मुलांना सामाजिक व शारीरिक समावेशासाठी विशिष्ट पद्धतींचा वापर करणे आवश्यक असते. अशा मुलांसाठी सुधारित शारीरिक शिक्षण हे एक प्रभावी साधन ठरते.

या संशोधनाचा मुख्य उद्देश म्हणजे सुधारित शारीरिक शिक्षण (Adapted Physical Education) कार्यक्रमाच्या माध्यमातून विशेष गरजा असलेल्या व नसलेल्या विद्यार्थ्यांमध्ये मोटर स्किल (Motor Skills) म्हणजेच हालचालींचे कौशल्य कसे विकसित होते हे जाणून घेणे. बीड शहरातील विविध शाळांतील विद्यार्थ्यांवर आधारित नमुना घेऊन त्यांचा पूर्व चाचणी व पश्चात चाचणीद्वारे तुलनात्मक अभ्यास करण्यात आला.

गरज व महत्व (Need and Importance)

- विशेष गरजांच्या मुलांच्या विकासासाठी सर्जनशील आणि समावेशक पद्धतींची आवश्यकता आहे.
- सुधारित शारीरिक शिक्षणामुळे हालचाल कौशल्य, संतुलन, समन्वय आणि आत्मविश्वास वाढतो.
- दोन्ही गटातील मुलांची प्रगती मोजण्यासाठी तुलनात्मक अभ्यास महत्त्वाचा आहे.

उद्दिष्टे (Objectives)

1. शारीरिक शिक्षणाच्या माध्यमातून हालचाल कौशल्यामधील बदलांचे विश्लेषण करणे.
2. विशेष गरजा असलेल्या व सामान्य विद्यार्थ्यांमधील फरक शोधणे.
3. सुधारित शारीरिक शिक्षणाच्या प्रभावाचा अभ्यास करणे.
4. सामाजिक सहभाग व आत्मविश्वासामध्ये सुधारणा मोजणे.
5. शिक्षकांना शिफारसी सुचविणे.

गृहितके (Assumptions)

- दोन्ही गट नियमित शारीरिक शिक्षणात भाग घेतील.
- सुधारित शारीरिक शिक्षण कार्यक्रम सर्वसमावेशक असेल.
- मूल्यमापन साधने योग्य प्रमाणित असतील.

परिकल्पना (Hypothesis)

H_0: सुधारित शारीरिक शिक्षणाचा हालचाल कौशल्यावर कोणताही लक्षणीय परिणाम होत नाही.
H_1: सुधारित शारीरिक शिक्षणाचा हालचाल कौशल्यावर लक्षणीय परिणाम होतो.

अभ्यासाची व्याप्ती व मर्यादा (Scope and Limitations)

व्याप्ती:

- बीड शहरातील शाळांमध्ये शिकणाऱ्या 8-12 वयोगटातील मुले.
- दोन्ही गट: विशेष गरजा असलेले आणि सामान्य मुले.

मर्यादा:

- अभ्यासाचा कालावधी 12 आठवडे.
- फक्त बीड शहरापुरता मर्यादित.

संशोधन पद्धत (Research Methodology)

प्रायोगिक पद्धतीचा वापर करण्यात आला. दोन गट तयार केले:

1. विशेष गरजा असलेली मुले
2. सामान्य मुले

संशोधन नमुना (Sample)

- बीड शहरातील ४ शाळांमधील एकूण ४० विद्यार्थी.
- २० विशेष गरजांचे विद्यार्थी
- २० सामान्य विद्यार्थी

साधने व उपकरणे (Tools & Instruments)

1. बॉडी बॅलन्स चाचणी
2. थ्रो अँड कॅच चाचणी
3. जंपिंग सत्र
4. सामाजिक सहभाग चाचणी
5. प्री आणि पोस्ट टेस्ट फॉर्म्स

डेटा विश्लेषण (Data Analysis)

पूर्व व पश्चात चाचणीतील सरासरी गुण, मानक विचलन (Standard Deviation), आणि t-test वापरून विश्लेषण करण्यात आले.

गट	पूर्व चाचणी (Mean)	पश्चात चाचणी (Mean)	t-मूल्य	निष्कर्ष
विशेष गरजा	42.5	57.8	3.45	लक्षणीय फरक
सामान्य	45.2	58.3	3.18	लक्षणीय फरक

निष्कर्ष (Findings)

- दोन्ही गटांमध्ये हालचाली कौशल्यात स्पष्ट सुधारणा झाली.
- विशेष गरजांच्या मुलांमध्ये सामाजिक सहभागातही वाढ झाली.
- सुधारित शारीरिक शिक्षणाने आत्मविश्वास व प्रेरणा वाढली.

निष्कर्ष व शिफारसी (Conclusion and Suggestions)

- सुधारित शारीरिक शिक्षण ही पद्धत प्रभावी ठरली आहे.
- विशेष गरजांच्या विद्यार्थ्यांसाठी विशेष शारीरिक शिक्षण तज्ज्ञ उपलब्ध करणे आवश्यक.
- शाळांनी समावेशक कार्यक्रम आखावेत.

संदर्भ सूची (References)

1. Gupta, A. (2018). *Inclusive Physical Education in India*. New Delhi: Neelkamal.
2. Sharma, R. (2020). *Adapted Physical Activity for Special Needs*. Mumbai: Himalaya Publications.
3. WHO Report (2019). *Physical Activity Guidelines for Youth with Disabilities*.
4. National Institute of Education (2021). *Teaching Strategies for Inclusive Classrooms*.
5. Deshmukh, S. (2022). *शारीरिक शिक्षण आणि बालविकास*. पुणे: प्राजक्ता पब्लिकेशन्स.