ISSN 2231-5063 Impact Factor : 3.4052 (UIF) Volume - 5 | Issue - 11 | May - 2016

Golden Research Thoughts

महिला खेळाडूंच्या क्षमता संवर्धनासाठी प्रगत तंत्रज्ञानाचा वापर

जाधव श्रीकृष्ण
प्रमिलादेवी पाटील कला व विज्ञान महाविद्यालय,
नेकनूर जि.बीड.

प्रस्तावना :

शारीरिक शिक्षणात ज्ञान-विज्ञानाच्या शाखा अधिक रुंदावत आहेत आणि या विषयाला प्रगत वैद्यकशास्त्रासारखे महत्व प्राप्त झाले आहे. यातील संशोधन हे चाचणी व कसोट्यांच्या आधारे केले जात आहे. प्रगत तंत्राचा वापर करुन या खेळाला अत्याधुनिक रुप दिले जात आहे. संशोधनासाठी निवडलेल्या अभ्यास विषयाचे महत्व अनेक पैलूंनी लक्षात घ्यावे लागते.

खेळातील आनंद द्विगुणित करताना क्षमतासंवर्धन हा घटकही महत्वाचा ठरतो. क्रीडाज्ञानकोशात म्हणतात, पेशवाईच्या काळात तालीमबाज पहिलवान अंगातील रग जिरविण्यासाठी हुतुतु खेळत असत.१ याचा अर्थ असा की, कबड्डी या खेळात शक्ती आणि युक्ती या दोनही गोष्टी आवश्यक आहेत. सुदृढता हे या खेळाच्या यशाचे गमक होय. खेळाचे मानवी जीवनातील महत्व अनन्यसाधारण आहे. प्रा.व्यंकटेश वांगवाड म्हणतात, आधुनिक काळात शारीरिक शिक्षणास शिक्षणाचा एक भाग मानला गेला आहे. शाळा, महाविद्यालयामध्ये शिक्षणाइतकेच शारीरिक शिक्षणास महत्व दिले गेले आहे. विद्यार्थ्यांमध्ये शारीरिक शिक्षण देऊन त्यांचा विकास झाला आहे किंवा नाही हे पाहण्यासाठी परीक्षण व मोजमापे ही महत्वाची भूमिका बजावतात. हयांचा संबंध मुख्यत्वेकरुन विद्यार्थ्यांची शारीरिक क्षमता, आकलन शक्ती, इत्यादी गोष्टी तपासणे हयांच्याशी असतो.२ मनाला अधिक आनंद देणारा, संकटाला विसरायला लावणारा खेळ हा जीवनातील महत्वाचा घटक आहे. खेळ हे केवळ मनोरंजनाचे साधन नसून त्याला शास्त्रीय बैठक आहे. प्रगत तंत्राच्या वापरामुळे खेळातील क्षमता वाढते व खेळाडू आपले अष्टपैलू कर्तृत्व मैदानावर प्रकट करु शकतात. त्यामुळे आंतरविद्यापीठ पातळीवर महिला खेळाडूंच्या क्षमता संवर्धनासाठी हा अभ्यास अत्यंत महत्वाचा ठरु शकेल.

खेळामध्ये वैज्ञानिक दृष्टीकोनाचा स्वीकार व गुणवत्ता संवर्धन या बाबी परस्पर पूरक आहेत. सध्याच्या आधुनिक शास्त्रीय युगात मानवाच्या विकासाच्या प्रगतीच्या प्रत्येक क्षेत्रात शास्त्रीय ज्ञानाचा अनुभव समाज आणि वापर या तत्वावर आधारीत पध्दतशीर उद्दिष्टांचा आणि शास्त्रीय पध्दतीचा, कर्य पध्दतीचा उपयोग केला जातो. खेळ, क्रीडा आणि शारीरिक शिक्षण हे क्षेत्र सुध्दा यापासून अलिप्त राहू शकत नाही. अमेरिका, रशिया, जर्मनी, जपान, फ्रान्स, इंग्लंड, इटाली इत्यादी प्रगत राष्ट्रांनी ॲथलेटिक्स, फुटबॉल, हॉकी, बास्केट बॉल, टेनिस, क्रीडा प्रकारात आंतरराष्ट्रीय पातळीवर जलद गतीने क्रीडा कार्यमान वाढविलेले दिसून येते हे त्यांना शक्य झाले. ते केवळ संशोधन व शास्त्रीय ज्ञानाच्या वापरामुळे, उपयोजनात्मक दृष्टीमुळे. शिलेदार व परिहार म्हणतात, विविध प्रांतात विविध नावांनी हा खेळ खेळला जात असे. आता मात्र संपूर्ण भारतात कबड्डी नावानेच हा खेळ ओळखला जातो. शब्दाचा उच्चार सुध्दा पूर्ण भारतात कबड्डी होत असतो. ज्या काही थोडयाफार देशात हा खेळ खेळला जात असे त्या ठिकाणी सुध्दा भारतातील नियमानुसार खेळवला जात

आहे. नियमांची समानता हा वैज्ञानिकतेचा आधार असून, राष्ट्रीय पातळीपासून आंतरराष्ट्रीय पातळीपर्यंत सारखे नियम केल्यामुळे कबड्डी या खेळाला जागतिक प्रतिष्ठा लाभली आहे आणि त्याच्या प्रशिक्षणात सुध्दा नवीन पध्दती वापरल्या जात आहेत. महिला कबड्डी या क्षेत्रामध्येही आता प्रगत प्रशिक्षण तंत्रामुळे गुणवत्ता संवर्धन होत आहे. त्याचा अभ्यास या संशोधनाद्वारे करावयाचा आहे.

प्रगत साधने व तंत्रज्ञानाचा लाभ

देशी खेळामध्ये प्रगत साधने व तंत्राचा वापर वरदान ठरु शकतो. प्रशिक्षणापासून ते निकालापर्यंत प्रत्येक पातळीवर माहिती तंत्रज्ञान प्रविष्ठ झाले आहे. हेमंत जोगदेव यांच्या मते, शर्यतीचा शेवट कितीही अटीतटीचा असला तरी अर्धा सेंटीमीटरच अंतर अगर एक हजारांश सेकंदाचा फरकही नोंदविता येऊ शकेल. त्याशिवाय त्या भव्य गुणफलकावरील यंत्रणेतून ते चित्र स्लो मोशन मधून अनेकवेळा दाखविता येतं. ते चित्र अखेरच्या क्षणाला पडद्यावर थांबविताही येतं. त्यामुळे प्रेक्षकांना आणि निकाल देणाऱ्या पंचांनाही ती यंत्रणा म्हणजे एक वरदानच ठरलं आहे.४ विविध खेळाच्या खेळाडूंना प्रशिक्षण देण्यासाठी शास्त्रीय दृष्टीकोन, शास्त्रीय पाया असेलेले प्रशिक्षण व मार्गदर्शनाच्या पध्दती व साधने यांचा वापर करुन क्रीडा कार्यभानावर व कार्यक्षमतेत वाढ होऊ शकते. असा क्रीडा क्षमता वाढविण्यासाठी क्रीडा शास्त्रे खेळाडू मार्गदर्शक आणि प्रशिक्षक यांना उपयुक्त ठरु शकतात. क्रीडा, खेळ पूर्णपणे स्पर्धात्मक झाल्यामुळे त्यातील उच्चांक जलद गतीने मोडले जात आहेत. हे सर्व प्रगत शास्त्रीय लाभ महिला कबड्डी संघटना आंतरविद्यापीठ स्तरावर प्राप्त करुन देण्यासाठी हा अभ्यास योजिला आहे.

वर्तमान युग हे स्पर्धेचे आणि गुणवत्तेचे आहे. खेळ, क्रीडा हा घटक सांस्कृतिक घटक म्हणून समाजाकडून स्वीकार केलेला आहे. यास व्यावसायिक प्रसिध्दीचे माध्यम म्हणून स्वरुप प्राप्त झाल्यामुळे यात अतिशय स्पर्धा निर्माण झाली आहे. उच्च दर्जा आणि उच्चक्रीडा कौशल्यमान यासाठी उच्च शारीरिक क्षमता, कारक क्षमता आणि उच्च कार्यमानाची आवश्यकता आहे. वांगवाड म्हणतात, समाज हा परिवर्तनशील आहे. विज्ञानयुगात खेळाची नवनवीन तंत्रे उपयोगात आणली जात आहेत. खेळजगतात शोधकार्य करताना परीक्षण, कसोटया व मोजमापे, ही महत्वाची भूमिका बजावतात. हयामुळे नवीन तंत्रज्ञान विकसित होत चाललेले आहे.५ म्हणूनया अभ्यासात आधुनिक तंत्रज्ञानाचे लाभ घेऊन महिला कबड्डी खेळाचा दर्जा कसा उंचावता येईल याबाबत विचार करावयाचा आहे. त्यामुळे हा अभ्यास नाविन्यपुर्ण आणि वैशिष्टयपूर्ण बनला आहे. या पार्श्वभुमीवर महिला कबड्डी संघाचे सुयोग्य प्रशिक्षण करुन स्पर्धात्मक गुणांचे संवर्धन करणे शक्य होणार आहे.

कौशल्यसमृध्दीचे अध्ययन

कबड्डीसारख्या देशी खेळामध्ये कौशल्याला विशेष महत्व आहे. कौशल्याबाबत प्रसादराव म्हणतात, कबड्डी खेळात मुलभूत आक्रमक कौशल्ये यशासाठी उपयुक्त ठरतात. त्यामध्ये हाताने स्पर्श करणे हे एक मुलभूत कौशल्य मानले जाते. जवळ जवळ सर्वच चढाई करणारे खेळाडू या कौशल्याचा वापर वेगवेगळया पध्दतीने करीत असतात.६ या कौशल्यातून आत्मविश्वास आणि विजय मिळविण्याची क्षमता रुजविली जाते. या संदर्भात आंतरविद्यापीठ महिला खेळाडूंच्या कौशल्याच्या आधुनिक तंत्राच्या वापरामुळे कसा विकास होईल त्याचे अध्ययन करणे शक्य होईल. आंतरविद्यापीठ स्तरावर सहभागी होणाऱ्या महिला कबड्डी खेळाडूंचा हा अभ्यास का व कसा आवश्यक आहे ते येथे अभ्यासावे लागेल. त्यामुळे शोध समस्येची उपयुक्तता सिध्द होऊ शकेल.

कोणत्याही खेळात उच्च यश संपादन्यासाठी उच्च क्रीडा कार्यमानाची अत्यंत आवश्यकता असते व हे उच्च क्रीडा कार्यमान विविध घटकांवर अवलंबून असते. उच्च कार्यमान हे कार्यात्मक कौशल्यावर आधारलेले असते. रॉबर्ट हिग्ज म्हणतात, कोणत्याही खेळातील कामगिरी ही आक्रमक कौशल्यांच्या यशस्वी अंमलबजावणीवर अवलंबून असते. ७ कबड्डी हा खेळ तर शक्तीमान आक्रमक हालचालींवर आधारलेला असतो. खेळाडूमध्ये जेवढी क्षमता असेल तेवढी तो चढाईच्या वेळी प्रकट करत असतो.

खेळाडूंचे वर्तमान सुधारण्यासाठी प्रगत प्रशिक्षणतंत्र वरदान ठरते. यापैकी एक अतिशय महत्वाचा घटक म्हणजे त्या त्या खेळातील खेळाडूंचे कार्यमान होय. उच्च प्रतीच्या कार्यमानासाठी ताकद, दम, वेग व बल या कारक क्षमतांची अत्यंत आवश्यकता असते. या कारक क्षमतांवरच अचूकता, समन्वय इत्यादी गोष्टी अवलंबून असतात. ऑस्ट्रेलिया, चीन, अमेरिका, जर्मनी, जपान, फ्रान्स, रशिया यासारख्या प्रगत राष्ट्रांमध्ये क्रीडा परीक्षक मार्गदर्शक हे आपल्याला खेळातील कौशल्य व क्रीडा कार्यमानावर सार्थक परिणामकारक प्रगती साधण्यासाठी प्लायोमेट्रिक प्रशिक्षण पध्दतीचा खूप चांगला उपयोग करुन घेतात. यासाठी संशोधनाची गरज आहे. डोनाल्ड च्यू म्हणतात, एखाद्या समाजात एखादा खेळ रुजत असताना तेथील लोक समान जाणिवेने एकत्रपणे येऊन काही सामाजिक परंपरा निर्माण करतात. त्यातून समाजीकरण घडते. ८ हजारो वर्षाच्या प्रक्रियेतून संजीवनी, गनिमी यासारख्या खेळा प्रकारांचा कबड्डीमध्ये विकास झाला आहे. पुरुषांप्रमाणेच महिला खेळाडूही या विविध प्रकारांना आत्मसात करत आहेत. या सर्व घटकांचा विचार करुन येथे खेळाडूंचे वर्तमान उंचाविण्याचा प्रयत्न करावयाचा आहे.

महत्वपूर्ण लाभासाठी बहुउद्देशीय लाभ प्राप्त करुन खेळाडूंचा विकास करणे महत्वाचे असते. च्यू म्हणतात, खेळाडूंच्या वर्तमान होणाऱ्या बदलांची नोंद शास्त्रीपणे करता येते व त्या आधारे त्यात सुधारणाही करता येतात.९ येथे तंत्रज्ञान वापराच्या पध्दतीतून होणारे बदल शास्त्रीयपणे नोंदवावयाचे आहेत. या शोधाचे बहुउद्देशीय लाभ असे आहेत. १. दर्जेदार खेळाडू घडविण्याची गरज.२.खेळाचा दर्जा वाढविण्याची गरज. ३. कबड्डीसाठी खेळाडूच्या अंगी कोणत्या कार्यमानाची जास्त आवश्यकता आहे त्याच्या संशोधनाची गरज.

आंतरराष्ट्रीय स्तरावर कबड्डी या खेळाचा पाया मजबूत होण्यासाठी या संशोधनाची आवश्यकता आहे. त्यासाठी हे संशोधन करावयाचे आहे. ई.प्रसादराव म्हणतात, अनेक थोरामोठयांच्या प्रयत्नाने भारताच्या सीमा ओलांडून आशिया व युरोप खंडात देखील कबड्डीच सूर उमटू लागला आहे. आता हा खेळ ग्रामीण राहिला नाही, तर या खेळास आंतरराष्ट्रीय दर्जा प्राप्त झाला आहे. १० खेळ जेव्हा आंतरराष्ट्रीय बनतो तेव्हा त्यातील प्रशिक्षण प्रणालीही हे संशोधन पूरक ठरेल. महिलांच्या कबड्डी खेळाचा दर्जा सुधारण्यासाठी या संशोधनातून नवी दृष्टी लाभू शकेल. क्रीडा संशोधनाबाबत डोनाल्ड च्यू म्हणतात, अलीकडे शारीरिक शिक्षणात अनेक ज्ञानशाखांचे सहाय्य घेतले जात आहे. समाजशास्त्र, मानसशास्त्र, तत्वज्ञान, इतिहास तसेच आरोग्यशास्त्र इत्यादी विषयांचा आधार घेऊन या संशोधनाला शास्त्रीय रुप दिले जात आहे. ११ त्यामुळे या संशोधनाला विशेष महत्व आले आहे.

समारोप

अशा प्रकारे उपरोक्त सर्व घटकांचा विचार करता असे दिसते की, कबड्डीसारख्या खेळात खेळाची प्रणाली, त्यातील कौशल्यांचा विकास आणि त्याचबरोबर खेळाडूंचे शास्त्रीय प्रशिक्षण व त्यांचा सराव आणि त्यांना दिल्या जाणाऱ्या प्रगत समुपदेशन तंत्राचा सुध्दा या खेळाची गुणवत्ता वाढविण्यासाठी उपयोग होतो.

संदर्भसूची

१.नाडकर्णी सुरेशचंद्र, (१९८९), क्रीडा ज्ञानकोश, मेहता पब्लिशिंग हाऊस, पुणे, पृ.७७१
२.वांगवाड व्यंकटेश व तिवारी शंकर, (२००६), शारीरिक शिक्षण मापन व मूल्यमापन, डायमंड पब्लिकेशन्स, पुणे, पृ.२
३.सिलेदार जुझारसिंग व परिहार विठ्ठलसिंग, (१९९६) खेळ संचालन व क्रीडा मार्गदर्शन, अभय प्रकाशन, नांदेड, पृ. १५४
४.जोगदेव हेमंत, (२००२) क्रीडापत्रकारिता, श्रीविद्या प्रकाशन, पुणे पृ १५५
५.वांगवाड व्यंकटेश व तिवारी शंकर, (२००६) उपरोक्त पृ.२
६.प्रसादराव ई., शिंदे दौलतराव व भेंडीगिरी रमेश, (१९९९) आधुनिक व शास्त्रीय कबड्डी प्रशिक्षण, ताराराणी स्पोर्टर्स क्लब, कोल्हापूर, पृ.३५
७.Higgs Roberet J. (१९८२), Sports A Reference Guide, greenwood press, London, p. १५९
८.Chu Donald, (१९८२), Dinemsion of Sport Studies, Jons Vilely & Sub, New York, P. २९३
९.Ibid p.२८६
१०.प्रसादराव ई., शिंदे दौलतराव व भेंडीगीरी रमेश, (१९९९) उपरोक्त, प्रस्तावना पृ.४
११.Chu Donald, (१९८२), Opcit, p. १३१