



विदर्भातील राज्य व राष्ट्रीय स्तरावरील क्रीडा स्पर्धांमध्ये सहभागी होणाऱ्या मध्यम व लांब पल्ल्यांच्या धावकांमधील प्रेरणा स्तराचे अध्ययन

सुर्यवंशी श.ब.

प्राचार्य, शारीरिक शिक्षण महाविद्यालय कोराडी, नागपूर

सारांश: प्रस्तुत संशोधनाचा उद्देश विदर्भातील राज्य व राष्ट्रीय स्तरावरील क्रीडा स्पर्धांमध्ये सहभागी होणाऱ्या मध्यम व लांब पल्ल्यांच्या धावकांमधील प्रेरणा स्तराचे अध्ययन करणे, अध्ययनामध्ये सर्वेक्षण पद्धतीचा प्रयोग करण्यात आला नमूना म्हणून मध्यम (५५०) व लांब (५५०) पल्ल्यांच्या महिला व पुरुष धावकांची निवड सहेतुक न्यादर्श पद्धतीने करण्यात आली. अध्ययनात फक्त विदर्भातील जिल्ह्यांचाच विचार करण्यात आला. प्रेरणा स्तराचे मापन आर.एन. सिंग, व महेश भार्गव यांच्या चाचणीद्वारे करण्यात आले. प्राप्त माहितीच्या सांख्यिकीय विश्लेषणावरून असा निष्कर्ष काढण्यात येतो की पुरुष धावकांमधील प्रेरणा स्तरात सार्थक फरक आहे. पण महिला धावकांमधील प्रेरणा स्तरात सार्थक फरक नाही. पुरुष व महिला धावकांच्या प्रेरणास्तराची तुलना केल्यास त्यांच्या प्रेरणा इतरात सार्थक फरक नाही असे निदर्शनास आले.

प्रस्तावना :

अॅथलेटिक्स मधील बहुतांश क्रीडा प्रकार वैयक्तिक असल्याने खेळाडू स्वतःचे अंगच्या करामतीमुळे यशस्वी होऊ शकतो. वेग, दम, ताकद, कौशल्य, कृतीनिश्चय आणि परिश्रम यांच्याशिवाय अॅथलेटिक्स मध्ये प्राविण्य मिळविता येत नाही. यासाठी त्याला आधुनिक विज्ञान आणि शासनांचे सहाय्य घ्यावे लागते. एकंदरीत अॅथलेटिक्स क्रीडा प्रकारात व्यक्तित्वाचा मानसिक पैलूंचे अतिशय महत्त्व आहे. खेळाडूंना प्रेरणा मोठ्या प्रमाणावर प्रभावित करणे, खेळातील ध्येय प्राप्तीसाठी आवश्यक शक्ती आणि कार्यशीलतेला प्रेरणा असे म्हणतात. खेळामध्ये प्रेरणा निर्माण करण्यासाठी खेळामधील इच्छा कार्यरत ठेवणे किंवा खेळामध्ये इच्छा निर्माण करणे याशी निगडित आहे, असे खेळातील अनुभवावर लक्षात येते.

शिक्षण—प्रशिक्षण शिकण्यासाठी आणि शिकविण्यासाठी तसेच स्पर्धेमध्ये सफल होण्यासाठी प्रेरणा मिळणे अत्यंत आवश्यक असते. प्रेरणेला प्रभावित करणारी अशी अनेक प्रकारची घटक आहे, की जी प्रेरकाची विश्वासा कमी अधीक करण्यास समर्थ आहे. खेळाडूंना सतर्कता आशा आणि अपेक्षा, प्रोत्साहन प्रशिक्षकाचे कौशल्य, प्रगती विषयक ज्ञान आकांक्षेचा इतर प्रभाताचा नियम शिक्षणाची पद्धत, परिपक्वता, यश आणि अपयश, पुरस्कार आणि शिक्षा प्रशंसा आणि टिका इत्यादी घटक उत्स्फूर्त करित असतात. खेळामध्ये प्रेरणेला खुप महत्वाचे स्थान आहे, कारण प्रेरणा ही आपल्या वर्तनाला चालता देणारी एक आंतरिक शक्ती आहे. योग्य ध्येय निर्माण करून ज्यांना गतिशिल बनवून आपल्या ध्येयापर्यंत पोहचवणे

हे क्रीडा प्रशिक्षकाचे कार्य आहे. खेळामध्ये आवड निर्माण करून त्यांना प्रेरित करणे, प्रोत्साहित करणे हे प्रशिक्षकाचे कर्तव्य आहे.

संशोधनाचा उद्देश :

विदर्भातील राज्य व राष्ट्रीय स्तरावरील क्रीडा प्रतियोगितांमध्ये सहभागी होणाऱ्या मध्यम व लांब पल्ल्यांच्या महिला व पुरुष धावकांमधील प्रेरणा स्तराचे अध्ययन करणे.

संशोधन पूर्व आढावा :-

मोए (२००९) यांनी अध्ययनात, प्रेरणा हेतु परिणामाचे परिक्षण महिला व पुरुषांना वेगवेगळ्या समुहामध्ये विभाजीत करून त्यांना कामाच्या स्तरानुसार सुचना देण्यात आल्या. सकारात्मक सुचनांमुळे महिलांच्या कामामध्ये प्रगती दिसून आणि बरट्रॅमस व डिकहॉसर (२००९) यांचे मते महाविद्यालयीन विद्यार्थ्यांना प्रोत्साहन दिल्यामुळे वैचारिक क्षमता वाढते. प्रश्नावली प्रतिस्पर्धा च्या माहितीवरून प्रोत्साहित करणे, शैक्षणिक प्रगती आणि वैचारिक क्षमता यामध्ये संबंध असल्याचे स्पष्ट होते.

संशोधन पद्धती :

प्रस्तुत शोधनिबंधामध्ये विदर्भातील राज्य व राष्ट्रीय स्तरावरील क्रीडा प्रतियोगितांमध्ये सहभागी होणाऱ्या मध्यम व लांब पल्ल्यांच्या पुरुष व महिला धावकांची निवड करण्यात आली. याकरिता परिक्षण प्रश्नावलीचा उपयोग करण्यात आला सामाजिक प्रेरक मापन आर.एच.सिंग व महेश भार्गव यांची मान्यता प्राप्त प्रश्नावली वापरण्यात आली. सहेतुक न्यायदर्श पद्धतीने मध्यम (५५०) व लांब (५५०) पल्ल्यांच्या महिला व पुरुष धावकांची निवड करण्यात आली खेळाडूंना खेळामध्ये

यश मिळविण्याकरिता आणि विविध खेळामध्ये सहभागी होण्याकरिता प्रोत्साहित करणे गरजेचे आहे. खेळामध्ये यश मिळविण्याकरिता खेळाडूंच्या स्वभाव गुणविशेषानुसार खेळाडूंना प्रेरीत केले जाते. स्वभाव गुणविशेष आणि प्रेरणा देणाऱ्या घटकांचे लक्षपूर्वक परीक्षण करून, त्यांची विभागणी विविध स्वभाव गुणांत केलेली आहे.

प्राप्त माहितीचे विश्लेषण व अर्थविवेचन :-

१. प्राप्त माहितीचे संकलन करून आलेख, विवेचन व पृथक्करण व सांख्यिकीय विश्लेषण करण्यात आले. प्राप्त माहितीवरून वारंवारिता, बहुलक काढण्यात आले. तुलनात्मक अध्ययनाकरिता 'Z' Test चा वापर करण्यात आला correlation coefficient काढण्यात आले व Significance level 0.05 आहे.

सारणी क्र. १ राज्य व राष्ट्रीय स्तरावरील स्पर्धेत सहभागी होणाऱ्या लांब व मध्यम पल्ल्याच्या पुरुष धावकांच्या प्रेरणास्तरासंबंधी माहिती.

प्रेरणा स्तर	लांब पल्ल्याचे धावक		मध्यम पल्ल्याचे धावक		Z	P
	वारंवारिता	प्रतिशत	वारंवारिता	प्रतिशत		
कमी प्रेरीत	२६	९.५	३८	१३.८	-१.१०४	NS
साधारण प्रेरीत	११२	४०.७	१४२	५१.७	-१.५०२	NS
जास्त प्रेरीत	१३७	४९.८	९५	३४.५	२.१२४	८०.०५
एकूण	२७५	१००	२७५	१००		

वरील माहितीवरून जास्त प्रेरीत असलेल्या राष्ट्र व राष्ट्रीय स्तरावरील स्पर्धेत सहभागी होणाऱ्या लांब पल्ल्याच्या धावकांचे प्रभाग मध्यम पल्ल्याच्या पुरुष धावकांच्या तुलनेत सार्थकरित्या (P ८०.०५) अधिक असून, कमी प्रेरित व साधारण प्रेरीत असलेल्या लांब व मध्यम पल्ल्याच्या धावकांदरम्यान सार्थक अंतर नसल्याचे निदर्शनास आले तर मध्यम व लांब पल्ल्याच्या पुरुष धावकांमधील प्रेरणा स्तरात सार्थक फरक आहे.

सारणी क्र. २

राज्य व राष्ट्रीय स्तरावरील स्पर्धेत सहभागी होणाऱ्या लांब व मध्यम पल्ल्याच्या महिला धावकांच्या प्रेरणास्तरासंबंधी माहिती

प्रेरणा स्तर	लांब पल्ल्याचे धावक		मध्यम पल्ल्याचे धावक		Z	P
	वारंवारिता	प्रतिशत	वारंवारिता	प्रतिशत		
कमी प्रेरीत	३५	१२.७	४६	१६.७	-०.८९६	NS
साधारण प्रेरीत	१२४	४५.१	१३२	४८.०	-०.४१६	NS
जास्त प्रेरीत	११६	४२.२	९७	३५.३	१.०३९	NS
एकूण	२७५	१००	२७५	१००		

वरील सारणीनुसार कमी प्रेरीत असलेल्या लांब व मध्यम पल्ल्याच्या महिला धावकांचे शेकडा प्रमाण अनुक्रमे १२.७ व १६.७ तर जास्त प्रेरीत ४२.२ व ३५.३ व साधारण प्रेरीत ४५.१ व ४८.० असल्याचे आढवले सांख्यिकीय विश्लेषणावरून असा निष्कर्ष काढण्यात आला की मध्यम व लांब पल्ल्याच्या महिला धावकांमधील प्रेरणा स्तरात सार्थक फरक नाही.

सारणी क्र. ३ व ४

राज्य व राष्ट्रीय स्तरावरील स्पर्धेत सहभागी होणाऱ्या लांब पल्ल्याच्या महिला व पुरुष धावकांच्या प्रेरणास्तरावरील माहिती

प्रेरणा स्तर	लांब पल्ल्याचे धावक		मध्यम पल्ल्याचे धावक		Z	P
	वारंवारिता	प्रतिशत	वारंवारिता	प्रतिशत		
कमी प्रेरीत	३५	१२.७	२६	९.५	०.८७१	NS
साधारण प्रेरीत	१२४	४५.१	११२	४०.७	०.५९९	NS
जास्त प्रेरीत	११६	४२.१	१३७	४९.८	-१.०५९	NS
एकूण	२७५	१००	२७५	१००		

राज्य व राष्ट्रीय स्तरावरील स्पर्धेत सहभागी होणाऱ्या मध्यम पल्ल्याच्या महिला व पुरुष धावकांच्या प्रेरणास्तरासंबंधी माहिती

प्रेरणा स्तर	लांब पल्ल्याचे धावक		मध्यम पल्ल्याचे धावक		Z	P
	वारंवारिता	प्रतिशत	वारंवारिता	प्रतिशत		
कमी प्रेरीत	४६	१६.७	३८	१३.८	०.६६२	NS
साधारण प्रेरीत	१३२	४८.०	१४२	५१.६	-०.४८८	NS
जास्त प्रेरीत	९७	३५.३	९५	३४.६	०.०९३	NS
एकूण	२७५	१००	२७५	१००		

सांख्यिकीय विश्लेषणावरून असा निष्कर्ष काढण्यात येतो की लांब पल्ल्याच्या व मध्यम पल्ल्याच्या महिला व पुरुष धावकांमधील प्रेरणा स्तरात सार्थक फरक नाही.

निष्कर्ष व सूचना :

- पुरुष धावक — मध्यम व लांब पल्ल्याच्या पुरुष धावकांमधील प्रेरणा स्तरात सार्थक फरक आहे.
- महिला धावक — मध्यम व लांब पल्ल्याच्या महिला धावकांमधील प्रेरणा स्तरात सार्थक फरक नाही.
- लांब पल्ल्याचे महिला धावक व पुरुष धावक — यांचे प्रेरणा स्तरात सार्थक फरक नाही.

- मध्यम पल्ल्याचे महिला धावक व पुरुष धावक — यांचे प्रेरणा स्तरात सार्थक फरक नाही.

सूचना :

- अॅथलेटिक्स खेळात महिला व पुरुष खेळाडूंना क्रीडा कौशल्यासोबतच क्रीडा मानसशास्त्राचे शिक्षण देण्यासाठी विशेष प्रयत्न करावे.
- इतरही क्रीडा प्रकारांमध्ये खेळणाऱ्या खेळाडूंमधील प्रेरणा स्तर बाबत माहिती करून घेण्यात यावी.
- व्यवसायिक खेळाडूंच्या सर्वांगीण विकासासाठी शासनाने तसेच विद्यापीठाने प्रोत्साहनपर योजना सुरू कराव्यात.

संदर्भ सूची :

1. <http://www.iaaf.org/mm/document/imported/42192.pdf>
2. आलेगावकर प.म. 'प्रगत क्रीडामानसशास्त्र' प्रकाशक अविरूद्ध अनंत कुळकर्णी, कॉन्टिनेन्टल, विजयनगर, पुणे ३०, प्रथम आवृत्ती १९९४
3. प्रा. गोडबोले मा.स., प्रा.सौ. गाडगीळ स्वामी 'शारीरिक शिक्षण' प्रकाशक — पुष्पा पुसावकर, सुविचार प्रकाशन मंडळ पुणे.
4. Moe, A ; Are males always better than females in mental Rotation ? Exploring a Gender belief explanation ; learning & individual differences, 2009.
5. Bertroms, A; Dick hauser, O; High School Students need for cognition, self control capacity & school achievement. Testing a mediation hypothesis, learning and individual differences 2009.
6. महाले डॉ. संजीवनी, प्रा. कर्डिले वनंतराव : संशोधन पद्धती, संशोधनात सांख्यिकी तंत्राचे उपयोजन, प्रकाशक, यशवंतराव चव्हाण मुक्त विद्यापीठ, नाशिक २००२.
7. डॉ. भांडारकर पी.एन. सामाजिक संशोधन पद्धती
