Vol II Issue IX

ISSN No : 2230-7850

Monthly Multidiciplinary
Research Journal

Indian Streams Research Journal

Executive Editor

Ashok Yakkaldevi

Editor-in-chief

H.N.Jagtap

Welcome to ISRJ

RNI MAHMUL/2011/38595 **ISSN No.2230-7850**

Indian Streams Research Journal is a multidisciplinary research journal, published monthly in English, Hindi & Marathi Language. All research papers submitted to the journal will be double - blind peer reviewed referred by members of the editorial Board readers will include investigator in universities, research institutes government and industry with research interest in the general subjects.

International Advisory Board

Flávio de São Pedro Filho
Federal University of Rondonia, Brazil

Kamani Perera
Regional Centre For Strategic Studies, Sri Lanka

Janaki Sinnasamy
Librarian, University of Malaya [Malaysia]

Romona Mihaila
Spiru Haret University, Romania

Delia Serbescu
Spiru Haret University, Bucharest, Romania

Anurag Misra
DBS College, Kanpur

Titus Pop

Mohammad Hailat
Dept. of Mathmatical Sciences, University of South Carolina Aiken, Aiken SC 29801

Abdullah Sabbagh
Engineering Studies, Sydney

Catalina Neculai
University of Coventry, UK

Ecaterina Patrascu
Spiru Haret University, Bucharest

Loredana Bosca
Spiru Haret University, Romania

Fabricio Moraes de Almeida
Federal University of Rondonia, Brazil

George - Calin SERITAN
Postdoctoral Researcher

Hasan Baktir
English Language and Literature Department, Kayseri

Ghayoor Abbas Chotana
Department of Chemistry, Lahore University of Management Sciences [PK]

Anna Maria Constantinovici
AL. I. Cuza University, Romania

Horia Patrascu
Spiru Haret University, Bucharest, Romania

Ilie Pintea,
Spiru Haret University, Romania

Xiaohua Yang
PhD, USA

Nawab Ali Khan
College of Business Administration

Editorial Board

Pratap Vyamktrao Naikwade
ASP College Devrukh,Ratnagiri,MS India

R. R. Patil
Head Geology Department Solapur University, Solapur

Rama Bhosale
Prin. and Jt. Director Higher Education, Panvel

Salve R. N.
Department of Sociology, Shivaji University, Kolhapur

Govind P. Shinde
Bharati Vidyapeeth School of Distance Education Center, Navi Mumbai

Chakane Sanjay Dnyaneshwar
Arts, Science & Commerce College, Indapur, Pune

Awadhesh Kumar Shirotriya
Secretary, Play India Play (Trust),Meerut

Iresh Swami
Ex - VC. Solapur University, Solapur

N.S. Dhaygude
Ex. Prin. Dayanand College, Solapur

Narendra Kadu
Jt. Director Higher Education, Pune

K. M. Bhandarkar
Praful Patel College of Education, Gondia

Sonal Singh
Vikram University, Ujjain

G. P. Patankar
S. D. M. Degree College, Honavar, Karnataka

Maj. S. Bakhtiar Choudhary
Director,Hyderabad AP India.

S.Parvathi Devi
Ph.D.-University of Allahabad

Sonal Singh

Rajendra Shendge
Director, B.C.U.D. Solapur University, Solapur

R. R. Yalikar
Director Managment Institute, Solapur

Umesh Rajderkar
Head Humanities & Social Science YCMOU, Nashik

S. R. Pandya
Head Education Dept. Mumbai University, Mumbai

Alka Darshan Shrivastava
Shaskiya Snatkottar Mahavidyalaya, Dhar

Rahul Shriram Sudke
Devi Ahilya Vishwavidyalaya, Indore

S.KANNAN
Ph.D , Annamalai University,TN

Satish Kumar Kalhotra

Address:-Ashok Yakkaldevi 258/34, Raviwar Peth, Solapur - 413 005 Maharashtra, India
Cell : 9595 359 435, Ph No: 02172372010 Email: ayisrj@yahoo.in Website: www.isrj.net

Indian Streams Research Journal
Volume2, Issue.9, Oct. 2012
ISSN:-2230-7850

Available on all social networks
citeulike

ORIGINAL ARTICLE

परदेशातील स्पर्धामध्ये भारतीय खेळाडूच्या कामगिरीवर होणारा परीणाम

सुरेश जयराम फराकटे

शारिरीक शिक्षण संचालक
नाइट कॉलेज ऑफ आर्टस ॲन्ड
कॉमर्स, कोल्हापूर .

सारांश :

खेळ (Sports) हा शब्द leisure या फ्रेंच शब्दातून आलेला आहे. तसेच पार्शिया व अमेरिकन शब्दकोशामध्ये देखिल तो आढळतो पूर्वीच्या लंडन सन–1300 शब्दकोशातून खेळ म्हणजे करमणूक होय.

भारतामध्ये प्रामुख्याने क्रिकेट,फुटबॉल,बॅडमिंटन,व्हॉलीबॉल,टेनिस इत्यादी प्रकारचे खेळ खेळले जातात भारतामध्ये काही पारंपारीक खेळ देखील आहे ते म्हणजे कबड्डी,खोखो,विटीदाडू, इत्यादी ब्रिटीश कालावधीत इतर खेळ भारतामध्ये आले ते म्हणजे क्रिकेट,फुटबॉल, गोल्फ,टेनिस,बॉक्सींग,स्कॅवश इत्यादी भारताने अनेक क्रीडा स्पर्धा भरविलेल्या आहेत.उदा.1951व 1982ची आशियायी स्पर्धा 1987व 2011 चा क्रिकेट वर्ल्ड कप 2010 चा हॉकी वर्ल्ड कप इत्यादी भारतामध्ये अनेक होतकरू व गुणवान खेळाडू आहेत परंतू आंतरराश्ट्रीय पातळीवर मात्र त्याच्या कामगिरीच्या मर्यादा दिसून येतात भारत हा जरी 121 कोटीचा लोकसंख्या असलेला देश असला तरी आंतरराश्ट्रीय स्पर्धामध्ये आपल्याला नगण्य असे यश मिळत असते उदा.2008 ऑलिमपिक मध्ये 3 पदके 2012 च्या ऑलिमपिक मध्ये 6पदके इत्यादी तर जपान, जर्मनी, इंग्लड इ. छोटया लोकसंख्येच्या देशातील खेळाडू या स्पर्धामध्ये पदके मिळवण्याच्या बाबतीत आघाडीवर आहेत.

खेळाचा प्रकार	विदेशातील कामगिरी	भारतातील कामगिरी
1.हॉकी	1.बिजिंग ऑलपिक 2008 –पात्र नाही 2..लंडन ऑलपिक 2012 –शेवटचे स्थान	चेन्नई आशिया कप 2007 –प्रथम कमाक
2.फुटबॉल	1.जर्मनी–वर्ल्डकप–2006 –पात्र नाही 2.स्पेन– वर्ल्डकप–2010 – पात्र नाही	1.भारत साउथ आशिया कप 1999–प्रथम कमाक 2..भारत साउथ आशिया कप 2011–प्रथम कमाक

ऑलपिक	एकूण खेळाडूचा संघ	एकूण खेळातील सहभाग	पदकाची संख्या
1.अथेन्स 2004	73	14	1
2.बिजिंग 2008	56	12	3
3.लंडन 2012	83	13	6

भारतामध्ये आपल्या खेळाडूची कामगिरी ही चांगली उच्चत्म असते परंतू बाहेरच्या देशामध्ये तेच खेळाडू उच्चत्म कामगिरी करु शकत नाहीत. याची कारणे पाहता असे अढळून आले कि

1.वातावरणास जूळवून न घेणे
2.आहारा मधील फरक
3.सरावाचा कालावदी
4.नियोजन व प्रशिक्षकाचा अभाव
5.अधुनिक साधनाचा अभाव
6.राजकारणाचा खेळावर व खेळाडूवर होणारा परीणाम

1.वातावरणास जूळवून न घेणे

आपल्या देशातील हवामान आणि इतर देशातील हवामानामध्ये फरक आढळतो.आपल्या देशामध्ये पावसाळा, हिवाळा, उन्हाळा असे तीन

Please cite this Article as :सुरे□ा जयराम फराकट.,परदे□ातील स्पर्धामध्ये भारतीय खेळाडूच्या कामगिरीवर होणारा परीणाम : Indian Streams Research Journal (Oct ; 2012)

ऋतूमध्ये हवामानात बददल होत असतो.परंतू बाहेरच्या देशामध्ये सतत ढगाळ किंव कडकउन्हाळा असा जाणवतो. त्यामुळे आपल्या खेळाडूच्या कामगीरीवर परीणाम होत असतो.

भारतातील खेळाडू बाहेरच्या देशामध्ये स्पर्धा असल्यानतर ते स्पर्धेच्या पूर्वी एका ते दोन दिवस जात असतात त्यामुळे तेथील वातावर आपल्यापेक्षा भिन्न असल्यामूळे ज्या दिवशी स्पर्धा असतात त्यावेळी ते खेळाडू आजारी असतात.किंवा आपली उच्चत्म कामगिरी करु शकत नाही. हया विरुदध परदेशातील खेळाडू स्पर्धेच्या पूर्वी आठ ते दहा दिवस अगोदर येउन ज्या देशामध्ये आपण जाणार त्या देशामधील वातावरणाशी जुळवून घेउन ते सराव करत असतात त्यामुळे ते खेळाडू चांगली कामगिरी करू शकतात. आपल्या देशातील खेळाडूनी हया प्रमाणे वातावरणशी जुळवूण घेउन आपली कामगिरी चांगली कशी होईल हयाकडे लक्ष दिले पाहीजे.

2.आहारा मधील फरक

आपल्या देशातील खेळाडूना आपल्या देशामध्ये मिळणा—या आहाराची सवय झालेली असते त्याप्रमाणे बाहेरच्या देशामध्ये अशा प्रकारचा आहारमिळत नाही भारती खेळाडूच्या शरीराला आवश्यक असणारा आहार त्या खेळाडूच्या पात्रतेनुसार न मिळाल्यामुळे त्याच्या शरीरामध्ये जितक्या प्रमाणात कॅलरीज, प्रोटीन आवश्यक आहेत तिथक्या प्रमाणात मिळत नाहीत त्यामुळे आपल्या देशातील खेळाडूच्या कामगीरीवर परीणाम होतो. तसेच त्यातून योग्य आहार मिळालाच तर स्वतःच्या शरीरावर विश्वास नसतो कि तो जर आपण घेतला तर आपल्या शरीराला मानवेल याची खातरी नसल्यामुळे तो आहार घेणे टाळत असतो. त्यातून ही आहार घेतल्या आपण आजारी पडू शकेन असी भिती मनामध्ये नेहमी बाळगत असतो त्यामुळे आपल्या खेळाडूला कोणत्याही देशामध्ये गेल्यास आपल्या देशातील आहासामध्ये असणा—या सर्व वस्तू पुरवणे अत्यत महत्वाचे आहे.तरच त्या खेळाडूची जेवणाविशयी जी भिती निर्माण होते ती निघून जाईल व तो खेळाडू आपला परफॉर्म चांगल्या प्रकारे दाखवेल.

3.सरावाचा कालावधी—

आपल्या देशातील खेळाडूचा व इतर देशातील खेळाडूचा सरावाचा कालावधी भिन्न असतो आपले खेळाडू नेहमी सराव सकाळी किंवा संध्याकाळी यापध्दतीने करत असतात हा सराव करत असताना वातावरन थंड प्रमाणात असते इतर देशाच्या मानाने आपल्या देशामध्ये तीन ही ऋतूतील वातावरन आपल्या खेळाडूला सराव करण्यास योग्य सुटेबल असेच असते.हया वेळेमध्ये सराव करणा—या खेळाडूची भारता मधील प्रगती उच्चतम असते परंतू हाच खेळाडू परदेशामध्ये स्पर्धेसाठी गेल्यास त्याचा परफॉर्म हा खालावलेला असतो.हया उलठ पध्दतीने परदेशातील खेळाडू सराव करत असतात. ते ही खेळाडू दोनच वेळा सराव करत असतात परंतू ते सकाळ, दुपार, संध्याकाळ अशा तीन वेळे पैकी अल्टरनेट दोन वेळा सराव करत असतात. कारण स्पर्धा हया कोणत्या वेळेमध्ये होतील हे आपण सांगता येत नाही जर स्पर्धा हया भर उन्हामध्ये असेल तर आपल्या देशातील खेळाडूचा त्या उन्हामध्ये स्टॅमिना राहत नाही व तो चांगली कामगीरी करु शकत नाही. त्या उलट परदेशातील खेळाडूनी तीनीही वेळेमध्ये सराव केला असल्यामुळे त्याला त्या उन्हाचा कोणताच परीणाम जानवूण येत नाही त्यामुळे तो खेळाडू चांगल्या प्रमाणात कामगीरी करु शकतो. भारतातील खेळाडूची कामगीरी उच्चत्म होण्यासाठी प्रशिक्षकाणे त्या खेळाडूचा सराव हा कोणत्या काळामध्ये,वेळेमध्ये स्पर्धा होउ शकतात त्या द्रश्टीकोणातून सराव करुण घेणे आवश्यक आहे.

4.नियोजण व प्रशिक्षकाचा अभाव—

आपल्या देशातील खेळाडूचे कोणत्याही कामामध्ये किंवा सरावामध्ये नियोजन नसते स्पर्धाचा कालावधी किंवा कोणत्या तारखेला स्पर्धा असल्यानंतर स्पर्धेच्या तारखे पर्यतचे सराव, नियोजन योग्य पदधतीने घेतले जात नाही. त्या खेळाडूना मार्गदर्शन करणारे प्रशिक्षक हे नियोजित नसतात. तसेच ज्या प्रशिक्षकाने सराव करुण घेतला असेल तो प्रशिक्षक बाहेरच्या देशामध्ये स्पर्धा असताना त्या खेळाडूच्या बरोबर असेलच असे सांगता येत नाही. त्यामुळे स्पर्धेच्यावेळी त्याच्या बरोबर असणा—या प्रशिक्षकाने सांगितलेले टेकनिक समजेलच असे नाही त्यामुळे पुढील टिम बरोबर स्टॅटेजी करणे आवघड जाते ती स्टॅटेजी खेळाडू समजून घेउ शकत नाही त्यामुळे खेळाडू चांगला परफॉर्म दाखवू शकत नाही. या उलट परदेशामध्ये नियोजनबध्द सराव असतो.जर स्पर्धा हया एक वर्शाने असतील तर त्यास्पर्धेसाठी प्रशिक्षक नेमला जातो.व तो त्या खेळाडूना नविन नविन टकनिक शिकपत असतो.तोच प्रशिक्षक त्या टिम बरोबर किंवा खेळाडू बरोबर जात असतो त्यामुळे स्पर्धेच्यावेळी कोणती स्टॅटेजी वापरावयाची एखादया खेळाडूला सांगितल्यास तो खेळाडू ऑन दि स्पॉट ती करु शकतो.त्यामुळे ते स्वतःच्या देशमध्ये किंवा बाहेरच्या देशामध्ये चांगला परफॉर्म दाखवू शकतात उदा. चिन या देशाने ऑलिपीक पूर्वी दहा वर्शे आगोदर खेळाडूची निवड करुन त्याची तयारी करुण घेतली होती. अशा पदधतीचे नियोजन आपल्या भारतामध्य`नसते.

. 5.आधुनिकसाधणाचाअभावः—.

आपल्या देशातील खेळाडूना आधुनिक असे साहित्य मिळत नाही. परदेशामध्ये जी साहीत्य वापरली जातात ती आपणाकडे येण्यासाठी कमीत कमी चार ते पाच वर्शे लागतात.उदा. आपल्याकडे एक फुटबॉल देउन 22 खेळाडू त्यामागे धावत असतात तसे बाहेरच्या देशामध्ये असे न करता पत्येकाला एक फुटबॉल देउन त्याचा कोणत्या पदधतीन गेम सुधारेल याकडे पाहीले जाते. आपल्या भारत देशामध्ये 75 टक्के खेडी आसल्यामुळे त्या खेडोपाडी कोणताही खेळ हा रूजला पाहीजे व त्याठिकाणी आधिनिक साधन सामुग्री पुरवली पाहीजे तरच आपल्या देशातील खेळाडू चांगली कामगीरी करूण बाहेरच्या देशासी तुलना करण्यास पात्र ठरेल.

6.राजकारणाचा खेळावर व खेळाडूच्यावर होणारा परीणाम :—

आपल्या देशात खेळामध्ये राजकीय नेत्याचा सतत हस्तक्षेप असतो. एकादी टिंम निवडायची असेल तर ती टिम निवडताना कोटा सिस्टीम वापरली जाते.एकादया राज्यातील इतके खेळाडू इतर राज्यातील इतके खेळाडू असे ठरले जाते त्यामुळे ती टिम खेळण्याच्या दृश्टिकोणातून मजबूत होत नाही. प्रत्येक नेता आपल्या राज्यातील जास्त खेळाडू खेळवता येतील याचा प्रयत्न करत असतो.त्याला त्याच्या राज्यामध्ये चांगले नावाजले जाते. त्यावेळी तो आपल्या देशाची टिम चांगली कशी होईल याचा विचार करत नाही.त्यामुळे चांगल्या खेळाडूवर अन्याय होत असतो आणि तो खेळाडू खेळापासून वचित राहतो. त्याचा त्या खेळाकडे पाहण्याचा दृश्टीकोण वेगळा होतो व तो त्याखेळातून बाहेर पडतो. परंतू परदेशातील खेळाचा व खेळाडूचा विचार केल्यास बाहेरचे देश त्या खेळाडूचा फॉर्म चांगला आहे का नाही हे पाहीले जाते जर चांगला नसेल आणि तो जर एकादया राजकीय नेत्याच्या किंवा निवड समितीच्या जवळचा असेल तरी सुदधा त्याला त्या टिममध्ये घेतले जात नाही कारण आपल्या देशाची टिम किंवा खेळाडू कसा जिंकेल हे पाहत असतात. व आपल्या देशाचा जगामध्ये रॅकिग पहिले कसे राहिल हे पाहत असतात तेथे वसिल्यापेक्षा खेळाला अधिक महत्व दिले जाते म्हणून नेहमी परदेशातील खेळाडू आपल्या खेळाडू पेक्षा सर्व श्रेश्ठ असतात.

उपाययोजना—

भारतासारख्या खंडप्राय देशात विविध गुणवान खेळाडू आहेत. खेळाडूची कामगिरी जर आंतरराश्ट्रीय स्तराची करावयाची असेल तर निश्चितपणे राश्ट्रीय स्तरावर व दीर्घकालीन अशी योजना केली पाहीजे.प्रत्येक खेळासाठी आर्थिक तरतूद करणे व सोयी सुविधा वाढविण्यासाठी प्रयत्न करणे गरजेचे भारत पुढील काही वर्शात आथिक महासत्ता होणार आहे. तरी त्या विकसित भारतातील क्रीडा संस्कृती ही निश्चितच

जागतीक दर्जाची झाली पाहीजे. जगाच्या कोणत्याही भागामध्ये भारतीय खेळाडूची कामगिरी सर्वोच्य झाली पाहीजे. गेल्या काही वर्शातील कामगिरीचा विचार केला तर भारत भविश्यकाळात निश्चितच क्रीडा क्षेत्रातील महासता होण्याची शक्यता आहे.

संदर्भसूची–
1.वांगवाड व्यक्टेश– क्रीडा तंत्र, मंदार प्रकाशन, पुणे 1992
2.सोनवणे संजिव– एकविसाव्या शतकातील शारीरिक शिक्षण,स्मरणिका,मुबंई 1994
3.जगवीरसिंह गिल– शारीरिक शिक्षण तथा ऑलपिंक अभियान,कल्याणी पब्लीश लुधियाना–2009.
4.मीनल नरवणे –भारतातील शैक्षणिक आयोग व समित्या, नूतन प्रकाशन,पुणे–2010
5.जगदिश सिंग–शारीरिक शिक्षा के नये आयाम, तझाशिला प्रकाशन,दिल्ली 2010

Publish Research Article
International Level Multidisciplinary Research Journal
For All Subjects

Dear Sir/Mam,
We invite unpublished research paper.Summary of Research Project,Theses,Books and Books Review of publication,you will be pleased to know that our journals are

Associated and Indexed,India

- International Scientific Journal Consortium Scientific
- OPEN J-GATE

Associated and Indexed,USA

- Google Scholar
- EBSCO
- DOAJ
- Index Copernicus
- Publication Index
- Academic Journal Database
- Contemporary Research Index
- Academic Paper Databse
- Digital Journals Database
- Current Index to Scholarly Journals
- Elite Scientific Journal Archive
- Directory Of Academic Resources
- Scholar Journal Index
- Recent Science Index
- Scientific Resources Database

Indian Streams Research Journal
258/34 Raviwar Peth Solapur-413005,Maharashtra
Contact-9595359435
E-Mail-ayisrj@yahoo.in/ayisrj2011@gmail.com
Website : www.isrj.net