P-ISSN: 2394-1685
E-ISSN: 2394-1693
Impact Factor (ISRA): 5.38
IJPESH 2022; 9(1): 392-394
© 2022 IJPESH
www.kheljournal.com
Received: 01-11-2021
Accepted: 04-12-2021

Dr. Dinesh Kumar Dinkar
Associate Professor,
Shri Krishna Sharirik Shikshan Mahavidyalaya, Wardha, Maharashtra, India

Corresponding Author:
Dr. Dinesh Kumar Dinkar
Associate Professor,
Shri Krishna Sharirik Shikshan Mahavidyalaya, Wardha, Maharashtra, India

वालीबॉल खिलाडियों की गत्यात्मक क्रियाओं का तुलनात्मक अध्ययन

Dr. Dinesh Kumar Dinkar

सारांश
इस अध्ययन का उद्देश्य वॉलीबाल खिलाडियों मे गत्यात्मक क्रियाओं के विकास का अध्य्यन करना है। इस अध्ययन के अंतर्गत 12 वे दक्षिण एशियाई खेल असम गुवाहाटी मे आयोजित तीन खेलों (बॉली बाल, क्रिकेट, हैंडबॉल) के 90 प्रतिभागी खिलाडियों का चयन कर गामक विकास परीक्षण टेस्ट Ulrich 2000 का प्रयोग् कर विशिष्ठ मापक गुणांक को 0.88 -0.96 पर स्थायी रखते हुए इन खिलाडियों के गत्यात्मक कौशलों के विकास का अध्ययन किया गया है।

मूल शब्द : वॉलीबॉल, गत्यात्मक कौशल, दक्षिण एशियाई खेल

प्रस्तावना :
गत्यात्मक कौशल विकास से अभिप्राय दैनिक क्रियाओं के दौरान किये जाने वाले क्रियाकलापो मे माँसपेशियो के समूहों का विकास होने से है। गत्यात्मक क्रियाओं जैसे खेलना, दौड़ना, चढ़ना, हंसना आदि पेशीय क्रियाओं के विकास में गत्यात्मक विकास का अहम किरदार रहता है। गत्यात्मक कौशलों का विकास अभ्यास द्वारा होता है अत खेलों मे उच्च कोटि के खेल प्रदर्शन हेतु खिलाडियों द्वारा विभिन्न प्रकार के शारीरिक अभ्यास नियमित रूप से किये जाते हैं। आधुनिक वॉलीबॉल खेल प्रतिस्पर्धा में खेलों के दौरान विश्व स्तर पर बेहतरीन प्रदर्शन तथा स्वयं को शीर्ष पर रखने हेतु इस क्षेत्र में नवीनतम तकनीको तथा प्रशिक्षणो का दायरा बढ़ जाने से खिलाडियों द्वारा कौशल पूर्ण खेल प्रदर्शन की नवीन अवधारणाओ ने जन्म लिया है। अत इस विषय: पर अध्य्यन करने का प्रमुख उद्देश्य वॉलीबॉल खिलाडियों के गामक कौशलों के विकास का आंकलन करना है। जिस हेतु तुलनात्मक परीक्षण करके यह समझने का प्रयास किया गया है कि अन्य खेलों की भाँति वॉलीबॉल प्रतियोगिता गत्यात्मक कौशल निरंतर अभ्यास तथा खिलाडियों की खेल परीपक्वता के परिणामस्वरूप ही विकसित होते है।

अध्य्यन उद्देश्य
इस अध्य्यन का प्रमुख वॉलीबॉल खिलाडियों में तुलनात्मक रूप से गत्यात्मक कौशल विकास का अध्ययन करना है। जिस हेतु असम गुवाहाटी में आयोजित 12 वे दक्षिण एशियाई खेलों (2016) की तीन प्रति स्पर्धाओ (वॉलीबॉल, क्रिकेट, हैंड बाल) के 90 खिलाडियों का चयन किया गया है।

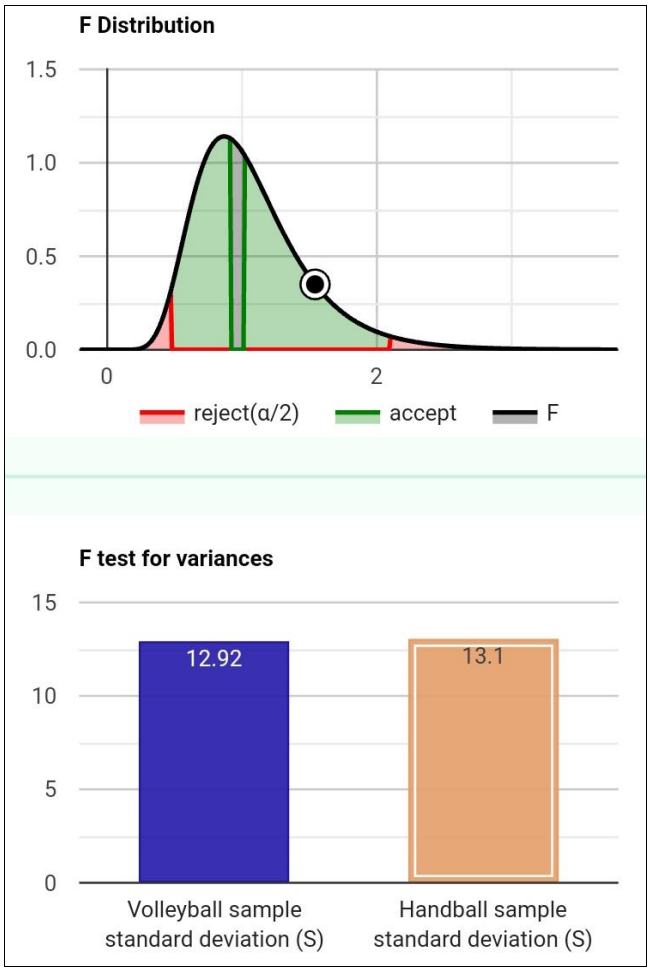
अध्ययनप्रविधि

इस अध्यन के अंतर्गत Ulrich (2000) द्वारा प्रतिपादित (GMD Test) सकल गत्यात्मक विकास परीक्षण का प्रयोग किया गया है जिसका उद्देश्य कौशलो के विकास का मापन करना है। GMDT के कौशल मापन टेस्ट है जिसके द्वारा दौड़ना, घूमना, उछलना, ऊँची कूद, लंबी कूद, फिसलना, गेंद को मारना, कैच करना, फेंकना, हिट मारना तथा गेंद को उछालना आदि गत्यात्मक कौशलो का मापन करने हेतु 0 से 25 तक इनकी मार्किंग की जाती है।

आंकडो का विश्लेषण

तालिका 1: विभिन्न खेल वर्गों के खिलाडियों मे गत्यात्मक कौशल विकास से संबंधित आंकड़े

खेल	N	माध्य	SD
वॉलीबॉल	30	73.5	12.92
क्रिकेट	30	46.00	7.02
हैंडबॉल	30	85.5	13.1



Graph 1: F variance and F Distribution

F statistic

$$F = \frac{S_1^2}{S_2^2}$$

F = 1.0208

तालिका 1 मे दर्शाये गए आंकड़ो से समझा जा सकता है कि वॉलीबॉल खिलाडियों का माध्य मान 73.5 तथा SD 12.92 जबकि 46.00 माध्य क्रिकेट खिलाडियों है एवं हैंडबॉल के सभी 30 खिलाडियों का माध्य मान सर्वाधिक 85.5 है एवं SD भी 13.1 है।

वॉलीबॉल खिलाडियों (n=30) तथा हैंडबॉल के (n=30) के खिलाडियों के दोनों समूहों के मध्य F-Variance को ज्ञात किया गया है दोनों ही समूहो के खिलाडियों के गत्यात्मक कौशलों में सार्थक अंतर को F मान द्वारा दर्शाया गया है जिसका वास्तविक मान 1.0208 प्राप्त हुआ है। अर्थात् दोनों ही खेल समूहों के खिलाडियों के सकल गत्यात्मक कौशलों में अधिक अंतर नही है।

निष्कर्ष

इस अध्यन के निष्कर्ष से प्राप्त आंकडो के आधार पर यह कहा जा सकता है कि वॉलीबॉल खिलाडियों के गत्यात्मक कौशलों के विकास का अध्ययन करने पर ज्ञात गुणात्मक परिवर्तनों में तुलनात्मक रूप से सार्थक अंतर पाया गया है इन्ही परिवर्तनों के आधार पर किसी भी खिलाडी को खेल प्रदर्शन के उच्च स्तर पर पहुंचने की संभावनाएं बढ़ जाती हैं। उम्र के साथ साथ नियमित ट्रेनिंग के दौरान गत्यात्मक कौशलो का विकास परिपक्व रूप से आगे बढ़ता है। चूंकि गत्यात्मक कौशल अभ्यास द्वारा उत्पन्न होते हैं अत वॉलीबॉल के अतिरिक्त अन्य खेलों में भी खिलाडियों द्वारा निरंतर अभ्यास तथा खेल मे प्रत्यक्ष रूप से भागीदारी इन खेलों में गामक कौशलों की परिपक्वता हेतु उत्तरदायी समझे जाते हैं।

संदर्भ सूची

1. Ifet Mahmutović, Izet Rađo, Munir Talović, Rasim Lakota, Haris Alić, Eldin Jelešković, Level of Transformation of Motor Skills in Female Volleyball Players Influenced by Training Operators, Sport Mont Journal. 2016;14(2):39-43.
2. Goran NešićNešić, Dejan Ilić, Nikola Majstorović, Vladimir Grbić, Nedžad Osmankač. Training effects on

general and specific motor skills on female volleyball players 13-14 years old, Sport Logia. 2013;9(2):119-127.
3. Borhannudin Abdullah, Nor Amalina Shafie, Aminuddin Yusof, Shamsulariffin Shamsudin, Siti NurSarah Salehhodin. Growth Motor Development Levels of Young Children in Cricket, Volleyball and Athletics, International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences. 2017;7(4):265-271
4. Ratko Kati, Zoran Grgantov and Damir Jurko, Motor Structures in Female Volleyball Players Aged 14–17 According to Technique Quality and Performance, Coll. Antropol. 2006301:103-112.