



### महिला क्रीडा सहभाग

**प्रा. डॉ. डापके के. डी.**

(शारीरिक शिक्षण विभाग प्रमुख)  
सिध्दार्थ महाविध्यालय, जाफ्राबाद  
जि. जालना महाराष्ट्र भारत

#### प्रस्तावना :

खेळाचा इतिहास अभ्यासतांना वैदिक काळापासून ते आधुनिक काळापर्यंत भारतीय खेळ परंपरेत कसे बदल होत गेले ते लक्षात घेतले पाहीजे वैदिक काळापासून भारतामध्ये विविध खेळ व क्रीडा परंपरांचा उगम व विकास झाल्याचे दिसून येते. मानवी जीवनामध्ये खेळांना अनन्य साधारण महत्व आहे. खेळामुळे मनोरंजन व उद्बोधन ही घडते. क्रीडा स्पर्धा आनंदासाठी आयोजित केल्या जातात नित्याच्या रुक्ष जीवनापेक्षा थोडे वेगळे उपक्रम आयोजित करून खेळाची सहज प्रवृत्ती मानवी जीवनात रुजावी म्हणून वेगवेगळ्या स्पर्धा आयोजित करण्यात येतात. खेळामध्ये रमनियता व आनंदाला महत्व असते. गाव पातळी पासून ते जागतिक पातळी पर्यंत खेळाचे उपक्रम आखले जातात. असे उपक्रम राबवत असतांना महिलांचा अल्प क्रीडा सहभाग का आहे हे लक्ष्य केंद्रीत करण्यात आले आहे.

21 व्या शतकात शिक्षणाचे वारे वाहत असतांना आजही ग्रामीण भागातील स्त्री शिक्षणापासून काही प्रमाणात वंचित आहे. शिक्षण हा विकासाचा अविभाज्य भाग असला तरी शारीरिक शिक्षणाची जोड असल्याशिवाय महिलांचा बौध्दीक व सामाजिक विकास होऊ

**प्रा. डॉ. डापके के. डी.**

1Page



शकत नाही. आणि महिलांचा शारीरिक विकास जर नसेल तर बाल मृत्युचे प्रमाण वाढते. शारीरिकदृष्ट्या अधिक निरोगी समाज बनविणे याची पहिली पायरी महिलांकडे जाते.

आरोग्य व शरीर सामर्थ्य मिळविण्यासाठी स्त्री असो अथवा पुरुष असो दोघांसही नियमाने घरगुती कामाखेरीज योग्य असा पुरेसा व्यायाम करण्याची आवश्यकता आहे. इतकेच नव्हे तर आपला भारत उपखंडामधील सामाजिक स्थितीचा विचार केला तर पुरुषापेक्षाही स्त्रीयांना स्वतंत्र व्यायाम करण्याची जास्त आवश्यकता आहे. स्त्रीया भावी पिढीचा आधार समजल्या जातात त्यांची दुर्बल स्थिती झाली ती देशावर व समाजावर एक मोठी आपत्ती आली असे म्हणावे लागेल. अशी आपत्ती टाळण्यासाठी महिलांचा क्रीडा सहभाग वाढविणे आवश्यक आहे. भावी पिढीच्या कुटूंबाच्या, समाजाच्या व राष्ट्राच्या हिताच्या दृष्टीने स्त्री ने आपले आरोग्य व शरीर सामर्थ्य उत्तम प्रकारे मिळविणे ही आपल्या हातची सहज गोष्ट आहे याची जाणीव ही आजच्या महिला वर्गास होणे आगत्याचे आहे. स्त्रीने आपल्या दिनचर्येत अजन्म योग्य व पुरेसा व्यायामाचा समावेश केला पाहिजे तरच प्रगती होऊ शकते.

### महिला खेळाडूंचा सहभाग, समस्या, उपाय व निष्कर्ष

महिला अल्प क्रीडा सहभाग खालील घटकावर अवलंबून आहे.

#### 1. आर्थिक घटक –

पालकांची आर्थिक परिस्थिती हा घटक शैक्षणिक प्रगतीवर प्रभाव टाकतो. पालकांची आर्थिक परिस्थिती बिकट आहे त्यामुळे ते खेळाकडे दुर्लक्ष करतात. बऱ्याच वेळा पैसेही नसतांना या अनुषंगाने पालकांची दुर्बल आर्थिक परिस्थिती मुलींच्या अल्प क्रीडा सहभागाचे कारण ठरते. त्यामुळे क्रीडा सहभाग नोंदविता येत नाही.

#### 2. सामाजिक घटक—

शिक्षणाचे प्रमाण कमी असल्यामुळे अजून ही महिलांच्या बाबतीचा दृष्टीकोन चुल व मुल एवढेच मर्यादित असल्याचे जाणवते. सामान्य शिक्षणाच्या बाबतीत हळुहळु प्रगती होत आहे परंतु शारीरिक शिक्षणाच्या बाबतीत महिलांचा प्रतिसाद कमी आहे. समाजामध्ये आजही महिला खेळाडूंच्या सहभागाचे फारसे उत्साहवर्धक वातावरण नाही. पारंपारिक समाजात सनातनी मानसिकता व खेळाचा दृष्टीकोन नसल्यामुळे महिलांचा क्रीडा सहभाग अत्यल्प आहे.

संयुक्त कुटूंबाचे आज विघटन होत चालले आहे. म्हणजे एकेकाळी आडव्या किंवा उभ्या विस्ताराने संयुक्त बनलेली कुटूंबे फुटून अनेक कुटूंबे लहान आकाराची कमी



विस्ताराची संयुक्त कुटूंबे बनत आहे. असे म्हटले जाते की, संयुक्त कुटूंबाचे विघटन होणे आजचीच घटना नव्हे पुर्वी सुध्दा विघटन होतच असले पाहिजे. नाही तर एक कुळाचे अनेक कुटूंबे झाल्याचे दिसले नसते. थोडक्यात त्यामुळे कौटुंबिक वातावरणाची त्यांच्यावर प्रभाव पडणे सहाजीकच आहे. जो पर्यंत आपण लोकांचे सामाजिक वर्तन बदलणार नाही तो पर्यंत महिलांचा क्रीडा सहभाग वाढणार नाही. इंग्लंड मध्ये चार्लस बुथ व त्यांच्या सहकार्यांनी सामाजिक सर्व्हेक्षण करून समाज शास्त्रीय संशोधनाचा पाया घातला क्रीडा हे आधुनिक समाज जीवनातील एक प्रभावी माध्यम आहे. कुटुंब, भाषा, आचार विचार तसेच शाळा, महाविद्यालयातून होणारे उपक्रम या सर्वांचा महिलांवर प्रभाव पडतो कुटूंबातील वातावरण तसेच सहभवाची सामाजिक वातावरण यातून महिलांची जीवनाक्रीडा घडत असते. महिलांच्या क्रीडा सहभागावर घटकांचा प्रभाव पडत असतो.

### 3. मानशास्त्रीय घटक –

आर्थिक घटकाप्रमाणे मानसिक घटक हा सुध्दा क्रीडा सहभाग व व्यक्तिमत्व विकासात महत्वाचा ठरतो. खेळासारख्या प्रकारातून मुलींच्या व्यक्तिमत्त्वाचा अधिक चांगल्या प्रकारे विकास होवू शकतो. त्यांचे आरोग्य सुधारते तसेच जीवनातील समस्या सोडविण्यासाठी अनेक अडचणीवर त्या निर्भयपणे समोर जाऊ शकतात. हे सर्व लाभ मिळविण्यासाठी खेळामधील मुलींचा सहभाग वाढला पाहिजे. त्यांच्या अल्प सहभागामुळे समाजाच्या प्रगतीला लगाम बसतो. सहभाग वाढविण्यासाठी दारिद्र्य आणि सनातनी मानसीकता हे घटक सुध्दा करणीभूत ठरतात. सांस्कृतिक उपक्रमात मुलींचा सहभाग अल्प असायचा त्यामुळे क्रीडा सहभाग सुध्दा अल्प असायचा. जसा जसा मुलींचा सांस्कृतिक उपक्रमात सहभाग वाढत गेला तसा तसा क्रीडा सहभाग वाढत गेला तसा प्रगतीचा मार्गही खुला झाला.

### समस्या –

1. पालकाची निम्न दर्जाची आर्थिक स्थिती
2. महिला खेळाडुच्या सुरक्षिततेचा प्रश्न
3. मानसिक तयारीचा प्रभाव
4. प्रशिक्षणाचा अभाव
5. मुलभूत क्रीडा सोईसुविधांचा अभाव
6. क्रीडा शिक्षण विषयाची अनास्था



7. वातावरणाचा अभाव
8. पालकांचा पुर्वानुभव
9. संकुचित मनोवृत्ती
10. रुढी व परंपरा
11. सकस आहाराकडे दुर्लक्ष

### उपाय –

1. शासनाचे क्रीडा धोरण प्रादेशिक सामाजिक व आर्थिक विकासावर अवलंबून असावे.
2. महिलांसाठी स्वतंत्र क्रीडा शिक्षकाची नेमणुक करावी.
3. तालुका, जिल्हा विभागीय पातळीवर सहभाग नोंदविणाऱ्या ग्रामीण खेळाडूंना प्रोत्साहनपर मानधन देण्यात यावे.
4. महिला खेळाडूंना केंद्र व राज्य शासनाने 15 टक्के आरक्षण देण्यात यावे.
5. महिला क्रीडा विकासासाठी स्वतंत्र आर्थिक तरतुद करावी.
6. कुशल निष्णात महिला खेळाडूंना शिष्यवृत्ती देण्यात यावी.
7. महिला क्रीडा मंडळास अनुदान द्यावे.
8. महिलांसाठी ग्रामीण भागात सुसज्ज क्रीडांगणे असावीत.
9. महिलांसाठी स्वतंत्र पोहण्याचे तलाव असावे.
10. महिलांसाठी 200 मी. व 400 मी. ट्रक उपलब्ध करून द्यावे.
11. ग्रामीण भागात क्रीडा शिबीरे आयोजित करावी.
12. खेळानुसार खेळाडूंना कोचींग, टिचींग व ट्रेनींग मोफत देण्यात यावे.
13. महिलांसाठी विशेष क्रीडा धोरण आखून त्यांची अमलबजावणी अत्यंत काटेकोरपणे करावी.
14. महिलांसाठी प्राथमिक शिक्षणापासून ते उच्च शिक्षणापर्यंत शारीरिक शिक्षण व खेळ अनिवार्य करण्यात यावे.
15. महिलांसाठी स्वतंत्र क्रीडा विद्यापीठ स्थापन करावे.



### निष्कर्ष –

1. मुलभुत पायाभुत सोई सुविधा नसतील तर खेळाचा विकास शक्य नसतो. पालकांची आर्थिक स्थिती कमकुवत असल्यामुळे महिलांना विविध स्पर्धांची तयारी करण्यासाठी आवश्यक साधणे उपलब्ध होत नाही. पाश्चात्य देशामध्ये क्रीडांगणावर सर्वच खेळाचे साहित्य उपलब्ध असते.
2. आवश्यक पोषक आहाराच्या अभावी महिला खेळाडुची शारीरिक क्षमता तुलनात्मक दृष्ट्या कमी पडते.
3. महिलांचे मानसिक दौर्बल्य आणि नकारात्मकदृष्टी यामुळे महिला खेळाडु कमालीच्या निराश व उदास असतात. या प्रकाराच्या नकारात्मक मानसिकतेतुन प्रतिकूल वातावरणातुन महिला खेळाडुंना बाहेर काढण्यासाठी गरज आहे.
4. पालकांमध्ये महिलांच्या सुरक्षितते बाबत शंका असते.
5. प्रशिक्षणाचा अभाव अल्प सहभागाचे प्रमुख कारण आहे. कॉलेज मध्ये स्वतंत्र महिला प्रशिक्षक नसतात. त्यामुळे पालक महिलांना स्पर्धेसाठी पाठविण्यास फारसे उत्सुक नसतात.

### संदर्भसूची –

1. शारीरिक शिक्षणाचा इतिहास—शेवतेकर
2. शारिरीक शिक्षण – खर्डेकर मोहन
3. Development of Women - Ghate Smite
4. महिलांचा क्रीडा सहभाग – डॉ. वसंत पाटील