



Academic Sports Scholars

euLrkfirk dkjd Lrj dk f[kykfM;k d [ky loxkRed
cf/n ij iMuoky iHkko dk v?;;u

gj:'kdekj d- iVy¹] ; 'kor Ogh- ikVhy²

¹ I:'kk/kudrk %vul/kkudrk%] in0;Rrj 'kkjhjd f'kfk.k foHkx] jk- r- e- ukxij fo[k-] ukxij-
² ekxin'kd] ih-MCY;,- , I- egfo[ky; dkeBh jkM-

I kj'k %&

vkt d oKkfud ;x e vul/kku dk; Research Work dk vyx
egRo gA u; u; Kku [kktuk gh fodkl gA blh vk/kkj ij vul/kkudrk u
^euLrkfirk dkjd Lrj dk f[kykfM;k d [ky loxkRed c/nh ij iMuoky
iHkko dk v/;;u** ;g fo''k; vul/kku d fy, fy; k FkA ft ld 200 i: 'k vkj
200 efgyk f[kykMh; k gA fo''ofu]ky; hu ifr; kfxrk e ifrfu/khRo djuoky
f[kykMh dk p; u; knPNhd fo/kh Onkjk ftudh vk; Ihek 18 l 25 o''k dh gA bu
U; kn''kk l MGTG dh i''ukoyh Hkj dj fy; k FkA iklr vdkMk d vk/kkj ij
l kf[kdh; fo''y''k.k dkjd fu'd''k vkj l puk ,o l >o fn; k gA

[kk t 'kCn % in''ku] l kLdfrd] /kkfed] loxkRed c/nh euLrkfirk-



iLrkouk %&

vkt d ;x e f''kfk.k dk e[; mnn''k
fo[kFkh; k e 0; ogkjxr ifjoru ykuk gA
eu'; ,d lkekthd ik.kh g vkj lekt e
jgdj gh og viuh 0; fDrRo dk fodkl dj
ikrk gA lekt d vU; ikf.k; k d l kFk vkil h
l Ec/kk dk LFkKfir dj d mld Onkjk Hkyh Hkkrh
i.krk fd vkj fodl hr gvk tkrk gA lekt e
jgdj eu'; viuh ;kx; rkvk dk fodkl Hkh
djr gA eu'; dk loiFke ifjokj : ih lekt
e viuh 0; fDrRo dk fodkl gA ifjokj e bld
Onkjk viuh ekrk firk rFk vU; l nL; k d l kFk
vki l h 0; ogkj fd; k tkrk gA lekt e jgdj
gh eu'; d Onkjk viuh l Hkh idkj dh
vko''; drkvk dh irh dh tk l drh gA ;g
n[kk tkrk g fd 0; Drh d Onkjk lekt e
jgdj 0; olk; fo''k''k dk p; u fd; kt tkrk
gA og 0; olk; d vk/kkj ij gh viuh thou fd
HkKfrd vko''; drkvk dh ifr dj ikrk gA

[ky ifr; kfxrk %&

vkt d ;x e [ky rFk 'kkjhjd
f''kfk ,d cgr gh egRo.k LFkku xg.k dj
pd gA ft l dkj.k ykxk dh : fp bu fd; kvk
e c'h gA [kyk d egRo jk''Vh; rFk
vkrjjk''Vh; Lrjkij vkt dh db idkj dh
vk; kft r Li/kk gA foHkUu n''k e f[kykMh
[kyk dk if''kfk.k yr g vkj ny ifr; kfxrk vk

e Hkx yr gA bud vrxx cgr l kj [kyk dk l eehyr fd; k tkrk gA ;g ifr; kfxrk, l foHkUu [kyk dh ,d J [kyk gkrh gA
ft le ,d n''k d ; k foHkUu n''k d f[kykMh Hkx yr gA vkj in''ku loJ'B gkrk g ml fotrk ?kkf'kr fd; k tkrk gA

ifr; kfxrk vk fd ri; kjh %&

vkt fd ifrLi/kkoy ;x e ,d if''kfk.d dk e[; dk; f[kykMh dk bl idkj l if''kfk.k nuk gkrk g ft l l og fd l h Hkh
Lrj d Vukev vPNk in''ku dj ld vkj [ky e loJ'B f[kykMh puk tk l dA fd l h Hkh dk; dk l Qyrkiod dju d fy, ;g
vko''; d g ml io fu; kthr rFk dec/n rjhd l fd; k t gk bl h idkj Vukev e Hkh l Qyrk iklr dju d fy; ;g vko''; d gA
; k tuk cukr le; if''kfk.d dk ;g /; ku j [kuk pkfg, dh Li/kk okLrfod : i e gh gk jgh gA ifr; kfxrk dk vk; ktu [ky d y[kk
dk iklr dju d fy, djuk pkfg, A ifr; kfxrk d nkjku f[kykMh; k dk viuh x.kk dk iLrr dju d fy, i.k : i l Lor=rk
feyuh pkfg, A

euLrkfirk dkjd Lrj dk f[kykMh;k d: [ky loxkRed cf/n ij iMuoky iHkko dk v?;;u

f[kykMh;k dk eukoKkfud : i l: r; kj djuk %&

vkt VukeV e thr dk egRo bruk c< x; k g dh gj f[kykMh thru d [kyrk gA vkj vPNk in”ku dju dh dkf”k”k djrk gA fd l h Hkh f[kykMh dk ifr; kfxrk e ftru d fy; doy “kkjhjd : i l gh LoLFk gkuk vfuok; ugh gkrk cYdh og ekufld : i l Hkh ijh rjg r; kj gkuk pkfg, A ekufld : i l f[kykMh dk r; kj djuk gh eukoKkfud : i l f[kykMh dk r; kj djuk gA l/kkj.kr% eukoKkfud r; kjh f[kykMh;k dh O; Drhxr fo”k”krkvk ij fuHkj djrh gA ifr; kfxrk e Hkx x yu d fy, f[kykMh dk eukoKkfud rkj ij r; kjh djuk vR; r egRoi.k g A

[ky e: funi’ku ,oe ijke”k %&

ekuo thou fd leL; kdk n’Vhxpj gkrh gA ekuo ; gk viuh vko”; drkvk ,o ; kX; rkvk dk iklr dju d fy; djrk gA fun”ku i.k.kh d iFoh ij iklHkko d le; l gh fd l h u fd l h : i e fujrj pyk vk jgk gA le; d l kFk&l kFk fun”ku d Lo: i e Hkh dN u dN ifjoru gkrk jgk gA fun”ku dk Lo: i l ekt dh l ekt dh l kLdfrd] /kfed] O; ko l k; hd] “kf{kf.kd vkfn ifjLFkrh; k ij fuHkj gA

vkfndky e fun”ku dk Lo: i cgr l jy Fkk] D; kdh eu”; dk thou l k/kkj.k FkkA m l dh vko”; drk Hkh fl ekr FkhA vk t dh tVhy leL; kvk e rk iFk&in”ku fd vR; r vko”; dr g A bl h dkj.k f”k{k d {k= e fun”ku dh vko”; drk dk vuHko fd; k x; k A

funi’ku dk vFk %&

fun”ku og ifd; k g ft le O; Drh dk m l dk leL; kvk dk lek/kku d fy, fo”k”k idkj dh l gk; rk inku dh tkrh gA fun”ku og fo/kh crykb g ftudk i; kx dj d O; Drh lek; ktu dh leL; kvk dk Lo; l y>k l drk gA fun”ku dk vFk exx i”kLr] exn”ku] iFkin”ku vFkr fd l h Hkh O; Drh dk m l h {kerkvk] : fp; k] vfHk: fp; k] d”kyrvk vkfn l voxr djrk gvk t k l>ko fn, tkr gA m l dk fun”ku dgr gA n l j “kCnk e fd l h O; Drh Onkj k fd l h O; fDr dk l gk; rk ; k ijke”k inku dju dh ifd; k dk uke g A

cf/n %&

cf/n dk fodkl eflr’d vkj Luk; vk d fodkl ij fuHkj djrk gA c/nh dk lc/k o/n eflr’d dh lcl mijh lrg coutor l y e r of the cerbruri or cortex l gA l Hkh idkj ckf/nd fd; kvk dk fu;=.k eflr’d djrk gA c/nh dk fodkl ckf/nd fd; kvk d : i e O; Dr djrk gA iR; {kh dj.k] vf/kxe] Lefr] dYiuk] fpru rFkk rd dh ifd; k, ckf/nd fd; kvk dh tkrh gA

loxkRed c/nh %&

loxkRed cf/n l ki{k rFkk ,d ub l dYiuk gA rFkk ft l dk vH; k l e[; r% O; ko l k; hd i k”oHkeh ij gh gvk gA bl dh O; k[; k bl rjg fd tkrh gA ^lonuk dk le>u ,o bl dk mi; kx dju dh {kerk O; ogkj ,o bjkn dk cny nrh gA loxkRed cf/n dk dye vkj dxt ij j[k ijh{k d vk/kkj ij ukik t k l drk gA loxkRed cf/n dh O; k[; k lox d pkj {k=k & lox dk vkdyu] lox d fopkj k e LFkkfir djuk] bl le>uk] vkj bl dk O; oLFkk iu dju dh l ; Dr : i l LFkkfir dju dh {kerk l fd; k x; k gA

“kkjhjd f”k{k d: mnn”k %&

- 1-“kkjhjd fodk l
- 2-ekufld fodk l
- 3-HkkoRed fodk l
- 4- l keft d fodk l
- 5-ufrd fodk l
- 6-xfr t l c/kh fodk l

bu l Hkh mnn”k dk “kkjhjd f”k{k {k= egRoi.k ekuk tkrk g A

v/; ; u fd mi; kfxrk ,o vko’; drk %&

ilrr v/; ; u l iklr ifj.kke [ky f”k{k d rFkk if”k{k d d fy; vfr ykHknk; d fl/n gkxA [kyf”k{k d rFkk if”k{k d v/; ; u d ifj.kke l ; g Kku gkxk dh f[kykMh;k euLrkfirk dkjd Lrj dk f[kykMh;k d [ky ,o loxkRed c/nh ij D; k iHkko iMuoky gA vrh ; g ifj.kke if”k{k d vkj [kyf”k{k d viu vx dh ; k tuk r; dju e l fo/kk inku djxkA

leL; k dFku %&

vul/kkudrk u ^euLrkfirk dkjd Lrj dk f[kykMh;k d [ky loxkRed c/nh ij iMuoky iHkko dk v/; ; u* ; g fo”k;

euLrkfirk dkjd Lrj dk f[kykM;k d [ky loxkRed cf/n ij iMuoky iHkko dk v?;;u

vul/kku d fy; fy;k Fkka

ifj lhek; i %&

1-iLrr lEL;k d lek/kku gr U;kn" k dk p;u fonHk fLFkr fo"fo|ky; l fd;k x;kA
 2-bl v/;;u gr fo"fo|ky;hu ifr;kfXrk e Hkx yu oky 200 i : 'k rFk 200 efgyk f[kykMh;k dk p;u fd;k x;kA
 3-iLrr v/;;u gr O;DrhRo vk;ke cfge[kh & vre[kh dk ekiu djuk fuf"pr fd;k x;kA
 4-iLrr v/;;u gr f[kykMh;k dk p;u fd;k x;k g A ftudh me 18 l 25 d e/; dh g A

lhek; i %&

1-iLrr v/;;u gr U;kn" k dk p;u ;knPNd fo/kh Onkj fd;k x;kA
 2-vul/kku d nkju v/;;u dk iHkfor dju oky vU; rRo t l i : 'k o efgyk f[kykMh;k dh lkek t hd fLFkrh] vkfkd fLFkrh]
 "k{f.kd fodk l RkFk ifjokjd i'BHkeh ij l"kk/kd dk dkb fu;=.k ugh Fkka
 3-vr% ;g lHkfor g dh euLrkfirk dk iHkko lHko gk ldr g A ftul ifj.kke iHkfor gk ldr g A rFk ft l ij fu;=.k j [k
 ikuk vud fy; l Hko ugh Fkka

lEL;k d mnni'k %&

1-i : 'k f[kykMh;k d O;DrhRo vk;ke dk euLrkfirk dk mudh [ky loxkRed c/nh ij D;k l kFd iHkko g ok n[kuk g A
 2-efgyk f[kykMh;k d O;DrhRo vk;ke euLrkfirk dk mudh vkj [ky loxkRed c/nh ij D;k l kFd iHkko g ok n[kuk A

ifjdYiuk %&

1-i : 'k f[kykMh;k d O;DrhRo vk;ke euLrkfirk dk mudh [ky loxkRed c/nh ij l kFd iHkko fn[kkb nxkA
 2-efgyk f[kykMh;k d O;DrhRo vk;ke euLrkfirk dk mudh [ky loxkRed c/nh ij l kFd iHkko fn[kkb nxkA

vul/kku v/;;u i/nrh %&

vul/kkudrk u ^euLrkfirk dkjd Lrj dk f[kykM;k d [ky loxkRed cf/n ij iMuoky iHkko dk v/;;u** ;g fo" k;
 vul/kku d fy; fy;k Fkka iLrr vul/kku d fy, o.kukRed vFok fo"y" k.kkRed vul/kku vfhkdYi r;kj fd;k x;kA v/;;u
 fo"o e fonHk fLFkr fo"fo|ky;k e i<uoky vkj fo"fo|ky;hu ifr;kfXrk e ifrfu/khRo dju oky i : "k ,o efgyk f[kykMh
 "kkehY Fkka U;kn" k dk v/;;u gr 200 fo"fo|ky;hu ifr;kfXrk i : 'k f[kykMh rFk 200 fo"fo|ky;hu ifr;kfXrk e ifrfu/khRo
 djuokh efgyk f[kykMh;k dk p;u fd;k x;kA bl v/;;u gr f[kykMh;k dh vk; lhek 18 l 25 o" k fu/kkjhr dh x;h lHk
 U;kn"kk dk p;u ;knPNd fo/kh d Onkj fd;k x;kA bl v/;;u gr lo{k.k i/nrh dk mi;kx dj d ,ethVh i"ukoyh l
 euLrkfirk d 20 i"u Fkka bl ifj{k.k e O;DrhRo vk;ke euLrkfirk Test, Retest, reliability, coefficient g d fy, 0-63 gA
 bl h vk/kkj ij f[kykMh;k i"ukoyh Hkj dj vkdMk dk ,d=h dj.k fd;k x;kA vkj ckn e l f[;dh; fo"y" k.k fd;k x;kA

l k f[;dh; fo"y" k.k %&

rF; fo"y" k.k o fuopu dju d i'pkr l k f[;dh; l k f.k;k dk fu;e c/n o mnn" k i .k fo"y" k.k fd;k x;kA fuopu d
 i'pkr fu'd'k fudky x;A Chi Square Test vkSj Person Product Movment Cor-relation coefficient test dk p;u
 fd;k x;kA vul/kku d fy; significance level 0-05 r; dh x;hA

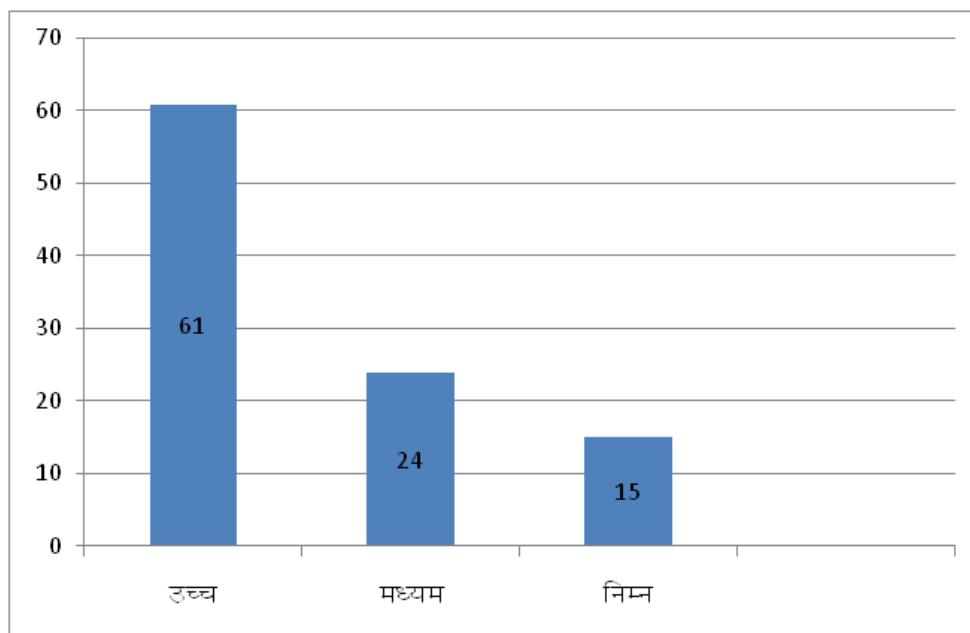
Findings:

^euLrkfirk dkjd Lrj dk f[kykMh;k d [ky loxkRed cf/n ij iMuoky iHkko dk i ktr ifj.kke dk rkfydk vkj
 vky[k fp= iLrr fd;k x;kA

rkfydk dekd 1
 i : "k f[kykMh;k dk euLrkfirk dkjd Lrj vul/kj oxhdj.k

euLrkfirk Lrj	f[kykMh;k dh l [;k	ifr"kr
mPp	122	61-0
e/;e	48	24-0
fuEu	30	15-0
dy	200	100-0

vky[k d:- 1
i: 'k f[kykMh;k dk euLrkfirk dkjd Lrj vu|kj oxhdj.k

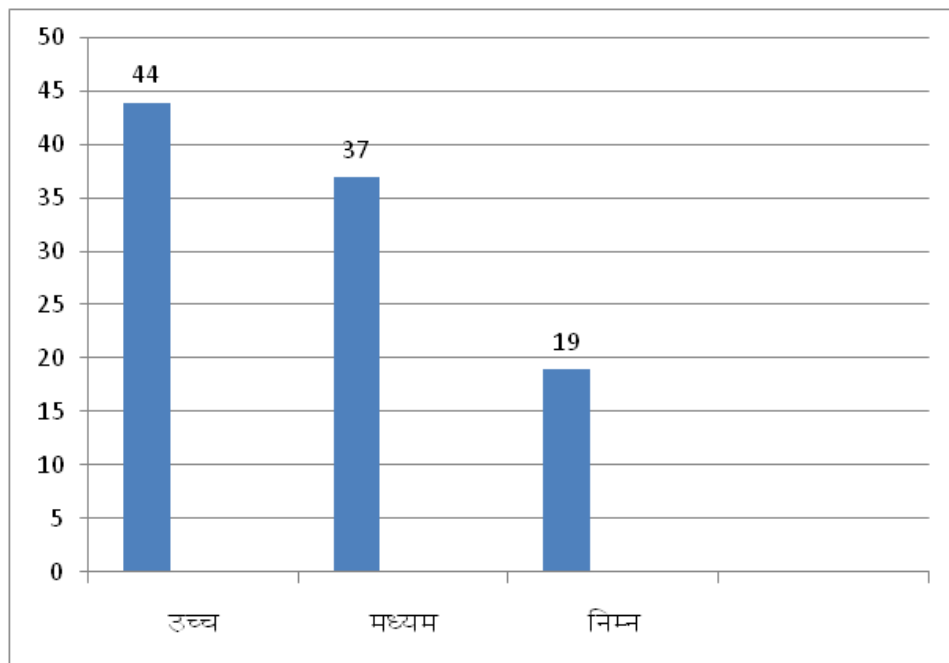


mi jkDr rkfydk rFkk vky[k e v/;;u gr p;fur fo"fo|ky;hu ifr;kfxrk e ifruf/kRo dju oky i: 'k f[kykMh;k dk euLrkfirk dkjd Lrj dh tkudkj iLrr dh x;h gA iklr tkudkj d vu|kj 61-0 ifr'kr i: 'k f[kykMh;k dk euLrkfirk dkjd Lrj mPp rFkk 24-0 ifr'kr i: 'k f[kykMh;k dk euLrkfirk dkjd Lrj e/e ik;k x;kA bl h rjg 15-0 ifr'kr i: 'k f[kykMh;k dk euLrkfirk dkjd Lrj fuEu ik;k x;k gA
ikl tkudkj d vu|kj ;g Li'V gkrk g dh v/;;u gr p;fur vf/kdk" fo"fo|ky;hu ifr;kfxrk e ifruf/kRo djuoky i: 'k f[kykMh;k dk euLrkfirk dkjd Lrj mPp gA

rDrk dkd 2
efgyk f[kykMh;k dk cfge[kh&vire[kh dkjd Lrj vu|kj oxhdj.k

cfge[kh & vire[kh Lrj	f[kykMh;k dh l ;k	ifr'kr
mPp	88	44-0
e/e	74	57-0
fuEu	38	19-0
dy	200	100-0

vky[k d- 2
efgyk f[kyMh;k dk euLrkfirk dkjd Lrj vulkj oxhdj.k



mijkDr rkfydk rFk vky[k e v/;;u gr p;fur fo"fo|ky;hu ifr;kfxrk e ifruf/kRo dju oky efgyk f[kyMh;k dk euLrkfirk dkjd Lrj dh tkudkj iLrr dh x;h gA iklr tkudkj d vulkj 44-0 ifr"kr efgyk f[kyMh;k dk euLrkfirk dkjd Lrj mPp rFk 37-0 ifr"kr efgyk f[kyMh;k dk euLrkfirk dkjd Lrj e/;e ik;k x;kA blh rjg 19-0 ifr"kr efgyk f[kyMh;k dk euLrkfirk dkjd Lrj fuEu ik;k x;k gA
iklr tkudkj d vulkj ;g Li"V gkrk g dh v/;;u gr p;fur vf/kdk"fo"fo|ky;hu ifr;kfxrk e ifrfu/khRo djuoky efgyk f[kyMh;k dk euLrkfirk dkjd Lrj mPp gA

iklr ifj.kke ij fopkj foe'k %&

0;DrhRo vk;ke euLrkfirk dk [ky loxkRed c/n ij iHkko %&

euLrkfirk	loxkRed c/n
i : 'k f[kyMh	&0-586
efgyk f[kyMh	&0-429

ij : 'k rFk efgyk f[kyMh&

iLrr vul/kku dk; e iklr tkudkj l ;g fu'd'k fudkyk g dh i : 'k f[kyMh;k d 0;DrhRo vk;ke euLrkfirk dkjd dk mudh [ky loxkRed c/n ij udkjRed %&0-586% iHkko rFk efgyk f[kyMh;k d 0;DrhRo vk;ke euLrkfirk dkjd dk mudh [ky loxkRed c/n ij udkjRed %&0-429% iHkko gkrk gA

ifjdYiukv dk ijh{k.k %&

1-iLrr vul/kku e iklr fu'd'k d vk/kkj ij ;g ifjdYiuk tk dgrh g] ^i : 'k f[kyMh;k d 0;DrhRo vk;ke euLrkfirk dk mudh [ky loxkRed c/n ij l kFd iHkko fn[kk;h nxk**A tk Lohdkj fd;k tkrk gA
2-iLrr vul/kku e iklr fu'd'k d vk/kkj ij ;g ifjdYiuk tk dgrh g] ^efgyk f[kyMh;k d 0;DrhRo vk;ke euLrkfirk dk mudh [ky loxkRed c/n ij l kFd iHkko fn[kk;h nxk** dk Lohdkj fd;k tkrk gA

fu'd'k %&

0;DrhRo vk;ke cfge[kh&vre[kh dk [ky loxkRed c/n ij iHkko

1-i : 'k f[kyMh %& iLrr vul/kku dk; e iklr tkudkj l ;g fu'd'k fudkyk tkrk g dh i : 'k f[kyMh;k d 0;DrhRo vk;ke euLrkfirk dkjd dk mudh [ky loxkRed c/n ij udkjRed iHkko gkr gA

2-efgyk f[kyMh %& iLrr vul/kku dk; e iklr tkudkj l ;g fu'd'k fudkyk tkrk g dh efgyk f[kyMh;k d 0;DrhRo

euLrkfirk dkjd Lrj dk f[kykfM;k d: [ky loxkRed cf/n ij iMuoky: iHkko dk v?;;u

vk;ke euLrkfirk dk mudh [ky loxkRed c/nh ij udkjkRed iHkko gkrk gA

1-puk, i, o: l>ko %&

1-f[kykmh;k dh eukn''kk ij ;kxkluk dk D;k iHkko gkrk g bl dk v/;;u gkuk pkfg,A

2-f[kykmh;k d 0;fDrRo vk;kek d vulkj mUg fof''k'V idkj dk vH;k l djok;k tkuk pkfg,A

3-f[kykmh;k d ekufld fodkl gr egfo l ky;k dk f''k'kk foHkkx Onkjk i''kk lfud lgk;rk inku dh tkuk pkfg,A

4-iLrr v/;;u dh 0;k idrk dk c<kdj bl jkT; ,oe jk'Vh; Lrj ij Hkh fd;k tkuk pkfg,A

1-nHk xFk: lph %&

1-v : .k dekj flg rFkk vkf''k'k dekj flg & 0;fDrRo dk eukfoKku cxyk jkm fnYyh 2000

2-Hkklb ;kxUn ft r] cky eukfoKku& foukn iLrd efnj vkxjk] 1989

3-flg le;] [ky eukfoKku] ij .kk idk'ku] ub fnYyh iFke lLdj.k 2012

4-Journal Of vocational behavior 2004

5-Mood and Human Performance : Conceptual, measurement and applied issue, Nova Science Publisher 2006