



* Dr. Manoj I. Shankhwar



** Parth R. Bhatt

Commerce

Research Zone India

Vol :- 7

Issue :- (4)

Sept :- 2019 Page - 1 - 4

ISSN :- 2319 - 8168

AUTOMATED TELLER MACHINES (ATM) – A MODERN BLESSING OF BANKING SECTOR TO MANKIND

In the world of banking, the developments in information technology had an enormous effect in development of more flexible payment methods and more user-friendly banking services. Online banking and other electronic payment systems are new and the development and diffusion of these technologies by financial institutions is expected to result in a more efficient banking system. This technology offers to the institutions an alternative or non-traditional delivery channels through which banking products and services can be delivered to customers more conveniently and economically without diminishing the existing service levels. However the entry of private sector has posed the challenge of competitive environment to the public sector banks in India. These private sector banks have brought with them the advanced banking technology with alternate delivery channels such as Phone Banking, Mobile banking, Internet Banking, Automated Teller Machines (ATM) etc. Out of all these e-banking services, the ever demanding and fulfilling the requirement of the customers is automated teller machines. So the efforts of the banks are to manufacture and install as much ATM's which could serve its services to the entire customers of the nation, be it rural people or urban people. To suit the needs of rural people, an additional security device innovations are being made in the form of using camera inside the ATM which could compare the records with thumb impression (Bio-Metric) of the client for identification. The ATM industry consists of multitude of activities which is a major cause of making e-banking a 24 hours service. In fact, electronic banking is profitable and possible due to services of ATMs. Because this service provides immense help to the customers in withdrawing cash from anywhere, anytime. The management of ATM includes loading of ATM with cash, arranging of money with bank with which cash is loaded, service of car that delivers cash if it is offsite situated, providing insurance for all areas such as theft of cash from ATM. Due to large expense involved in setting and situating an ATM at a particular place, these services are now days offered by independent service providers like privately owned ATMs. The following is a list of businesses involved with ATMs. This paper focuses on different functions performed by different kinds of ATM with reliability and time saving. This paper is focusing on different types of ATM, which has improved banking operation and service quality of private sector and public sector banks in India. It encompasses a brief note on requirement of ATM in developing country like India. It also shows growth of ATM in last two decades in India.

INTRODUCTION: With the help of new technology. With the development of information technology, the world has become a global village and it has brought a revolution in the banking industry. The banks appear to be on fast track for IT based products and services. Bank customers are becoming very demanding and it is the extensive use of technology that enables banks to satisfy adequately

the requirement of customers. Technology has become the fuel for rapid change. IT is no longer considered as mere transaction processing or confined to management information system. The wind of liberalization, globalization, and privatization has opened new vistas in the banking industry in the generation of an intensely competitive environment. The post-liberalized banking industry in India has been

* Assi. Prof., Sheth C.L. Commerce College, Ahemdabad

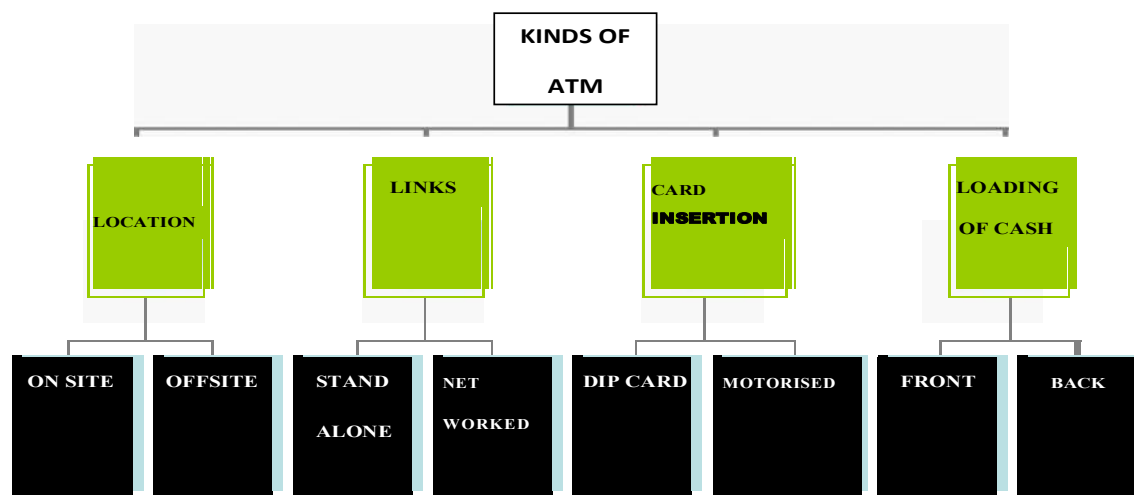
** Assi. Prof., Shree Narayana College of Commerce, Ahemdabad

witnessing a discernible shift from the sellers' to the buyers' market. Further the banking sector reforms and introduction of e-banking has made very structural changes in service quality, managerial decisions, operational performance, profitability and productivity of the banks. E-banking is one of the emerging trends in the Indian banking and is playing a unique role in strengthening the banking sector and improving service quality. The banking sector in India has introduced E- banking in a phased manner. Foreign banks are the pioneers in e-banking, private banks introduced it in a big way and public sector banks are in the process of transformation from traditional banking to E-banking. E-banking impinges on operations of banking in a number of different ways. It has enabled the banks to handle the payments electronically and inter-bank settlement faster and in large volumes. There is increase in customer satisfaction level, reduction in cost of banking operations, increased productivity and as such there is a tremendous scope for Indian banks to enlarge their E-banking services which could enhance their competitiveness. Further, new technology has rapidly altered the traditional ways of doing banking business. Customers can view the accounts, get account

statements, transfer funds, purchase drafts by just making a few key punches. Availability of ATMs and plastic cards, EFT, electronic clearing services, internet banking, mobile banking and phone banking; to a large extent avoid customers going to branch premises and has provided a wider range of services to the customers. There is a degree of variation in the services provided by the banks with the emergence of E-banking services. So, it becomes necessary to study the nature, growth and extent of E-banking services and their impact on the operational performance and service quality. Despite the increasing importance of E-banking services, the research pertaining to e-banking in Indian context has been limited. So, the present study is a modest attempt to ascertain the changes taking place after e-banking, to evaluate the banks performance, and to know about customers' perceptions regarding e-banking.

Kinds of ATM

The first ATM to be installed in India was by HSBC in 1987 at Mumbai. There are different kinds of ATMs used by the banks for the customers. Below table shows the kinds of ATM according to location, links, card insertion and loading of cash.



(A) Onsite and Offsite ATMs

ATMs which are situated at the premises of the bank are known as onsite ATMs and the one that are located at some busy places are known as offsite ATMs like food worlds, railway station, bus stops, shopping malls, petrol pumps etc.

(B) Stand alone and Net-worked

ATMs which are not linked to the hub of the bank to which it belongs are stand alone ATMs. But these ATMs are not popular now a days. Net-worked ATM on the other hand are those which are linked to the branch and also linked to the

branches across the country means a customer of a particular bank can withdraw money from any branch of any bank at any city.

(C) Dip-card and Motorized

Where the customer is required to dip the card and take it back to do the transaction is known as dip card. The sensors of the machine identifies the customer and greets him with the voice. On the other hand, motorized ATMs are very prevalent among all. In this the customer insert the card in the machine and takes it back when the transaction is over. In some machines immediately the card is taken back whereas in some machines the card automatically comes out when cash is withdrawn.

(D) Front and Back

Cash has to be regularly loaded in the ATM machines. In the front loading the door of the ATM compartment is closed and cash is loaded where as in back loading, it is done behind the ATM and a message is displayed that "please wait for some time. Some services are being carried on".

Table shows the reason for adoption of ATM for the customers and the banks. The services availed through ATMs are convenient for the customers as it is available 24 hours. Further customer can withdraw

cash from any branch of any bank at any city. Not only the money can be withdrawn but multiple services are available like balance enquiry, pin change option, receipt of last three transactions etc. From the bank point of view, the cost of installing an ATM is much less than setting up of a branch. Further, it provides wider choice for the bank to advertise their products through ATM and less cash handling is required. So ATM is beneficial from both customer and bank point of view.

Growth of Onsite and Offsite ATM in Banking Sector

Number of ATMs in India is growing day by day. There is a tremendous growth in the ATM after the adoption of electronic banking by public and private sector banks. To study the growth of ATMs, it has been divided in to five categories, i.e., Nationalized banks, SBI group, Old private sector banks, New private sector banks and Foreign banks. It has been further classified in to onsite ATMs and offsite ATMs. The data has been compiled from 2004-05 to 2007-08. For each onsite and offsite ATMs, growth previous year has been calculated. The tables from 4.11 to 4.15 shows the onsite and offsite growth of ATMs.

Onsite & Offsite ATM of Nationalized banks

YEAR	ON-SITE	GROWTH %	OFF-SITE	GROWTH %
DECEMBER 2014	93119	-----	83061	-----
MAY 2015	94340	1.31%	83291	0.27%

BASED ON RBI REPORT 2014-2015

E-banking provides a number of services at the doorstep of customers which is otherwise not possible. These services are provided through bank websites. E-banking services are offered to the customers in the form of internet banking services, phone banking, and mobile banking and ATM services. Internet banking services are provided to a large extent by all the banks. The most common services among internet banking are balance inquiry and transaction history. All the banks are offering these two services. Apart from these, ATM services are also offered by all the banks. These include 24 hours access to cash, transfer fund between accounts, view account balances & mini statement and pin change option. This above

mentioned growth is definitely a true indicator that India is one of the fast growing country in India.

REFERENCES

- ⇒ Wikipedia , the free encyclopedia
- ⇒ Cronin, J.J and S.A. Taylor, (1994), "SERVQUAL Versus SERFPERF: Reconciling Performance Based and Perception based-Minus-Expectation Measurement of Service Quality", *Journal of Marketing*, Vol.58, pp. 125-131.
- ⇒ Furst, K.; Lang., W.W; and Nolle, E.W. (2002), "E-banking in the U.S.", *E-banking: Global Perspective* by Vivek Gupta, ICAFI, pp. 14-26.

Gokul Gram Yojana

Sr. No	District	Financial Allotment (Rs. Lacks)					Actual Amount cost (Rs. Lacks)				
		2006-2007	2007-2008	2008-2009	2009-2010	2010-2011	2006-2007	2007-2008	2008-2009	2009-2010	2010-2011
1	Surendranagar	124.25	114.08	109.40	159.40	138.00	126.40	96.63	144.25	179.80	142.00
2	Bhavanagar	122.88	109.78	188.70	148.12	152.12	123.00	138.62	195.69	167.20	179.28
3	Rajkot	132.12	117.82	108.05	138.12	128.88	132.00	128.00	118.05	159.18	138.12
4	Amreli	129.20	114.17	109.03	89.30	40.00	161.61	95.54	73.82	92.00	18.41
5	Gujarat State	350.00	360.00	380.00	380.00	400.00	325.268	3165.872	356.859	347.593	241.344

Source : - Annual Reports of DRDA, Surendranagar, Bhavanagar, Rajkot, Amreli, 2006 to 2011



* Dr. Kirti Jivrajani

Commerce

Research Zone India

Vol :- 7

Issue :- (4)

Sept :- 2019 Page - 5 - 7

ISSN :- 2319 - 8168

પર્યાવરણ અને વિકાસ વચ્ચે સંતુલન

ભારતમાં પર્યાવરણ પ્રત્યે અહોભાવ અને તાદાત્મ્ય જોવા મળે છે જ્યારે પ્રાકૃતિક દેશો પ્રકૃતિ સાથે હંમેશા સંઘર્ષ કર્યા કરે છે.

ભારતીય સંસ્કૃતિમાં પર્યાવરણની પૂજા કરવામાં આવે છે. હવા, નદી, સમુદ્ર, પૃથ્વી, વૃક્ષ, સૂર્ય, ચંદ્ર, નક્ષત્રો, પર્વતો વગેરે દેવગણોની પૂજા કરવામાં આવે છે.

ભારતીય સંસ્કૃતિમાં પર્યાવરણ અને તેના સાધનોની સંવર્ધનની તેના પ્રત્યે અહોભાવની વાત આપણા ઋષિમુનીઓએ આપણા ધર્મગ્રંથો અને વેદપુરાણોમાં પણ જોવા મળે છે.

આમ, પર્યાવરણ એ આપણી સંસ્કૃતિમાં વણાઈ ગયેલ છે, પરંતુ તાજેતરના વર્ષોમાં વિશ્વ સાથેની સ્પર્ધામાં આપણે ઔદ્યોગિક વિકાસ અને ખેતી વિકાસમાં તો આગળ નીકળી ગા છીએ. વિકાસની હરીફાઈમાં આપણે આપણી પ્રાચીન સંસ્કૃતિને ભૂલી ગયા છીએ. આપણે પ્રકૃતિનાં એ તત્વો કે જેની આપણા પૂર્વજોએ પૂજા કરતાં એ સૂર્ય, પૃથ્વી, સમુદ્ર, નદી, વગેરેને નુકશાન કરી રહ્યા છીએ. પ્રકૃતિમાં તત્વોના વધારે પડતાં ઉપયોગ અછતયુક્ત સાધનોનાં અતિ ઉપયોગ અને આ તત્વોમાં ઝેરી રસાયણો કચરો ઠાલવીને આપણે આપણા પર્યાવરણને નુકશાન પહોંચાડી આપણે આપણા પગ ઉપરજ કુહાડી મારી રહ્યા છીએ.

આધુનિક ભારતના સ્વપ્ન દ્રષ્ટા પંડિત જવાહરલાલ નેહરુએ પર્યાવરણના સંદર્ભમાં ટકાઈ પોષણક્ષમ વિભાવનાને આપણા પૂર્વજોના પ્રકૃતિ પ્રત્યેના પ્રેમને આપણા વેદો અને પૂરાણોમાં દર્શાવેલ પ્રકૃતિ અને તેના તત્વોના મહત્વને જો આપણી જાળવી શક્યા હોત તો અત્યારે પર્યાવરણના આટલા ગંભીર પ્રશ્ન ઉદ્ભવન જ નહિ, ઔદ્યોગિક વિકાસની આંધળી દોટમાં આપણે પર્યાવરણનું સંરક્ષણ નહિ પરંતુ વિનાશ કરીને આપણે આપણી

આવતીકાલને અંધકારમય બનાવી રહ્યા છીએ.

૧૯૭૨ માં સ્ટોકહોમ લાખે મળેલી યુનોની માનવ પર્યાવરણ પરની આંતર રાષ્ટ્રીય પરિષદમાં પ્રવચન આપતાં તે સમયના ભારતના વડાપ્રધાન શ્રીમતી ઈન્દીરા ગાંધીએ જણાવ્યું હતું કે “How can We speak to those who live in the village and in the slums about keeping the oceans. The rivers, and the air clean. When their own lives are contaminated ? Are not poverty of the poor and the greed of the rich the greatest Polluters? આથી એમ કહી શકાય કે ટકાઉ પોષણક્ષમ વિકાસ માટે તથા ગરીબીની નાબૂદી માટે કુદરતી સાધનોના ઉપયોગનું કાર્યદક્ષ તથા અસરકારક સંચાલન અતિ જરૂરી છે.

વિકાસ અને પર્યાવરણ વચ્ચે સંતુલન જાળવવું ખૂબજ અઘરું છે. કારણ કે વધારે વિકાસ કરવા માટે વિકસતા દેશોએ પર્યાવરણનો ભોગ આપવો અનિવાર્ય છે. જ્યારે વિકસીત દેશોએ ઉંચા વિકાસ દરને મેળવવા માટે તેમણે પ્રદૂષણના પ્રશ્નોનો સામનો કરવો અતિઆવશ્યક છે.

પ્રો. ઈ.જે. મિશાન આ બાબતને વિકાસ ખર્ચ તરીકે ગણાવે છે. કલબ ઓફ રોમ દ્વારા ૧૯૭૨ માં વધારે વિકાસને કારણે સર્જાતા પર્યાવરણના પ્રશ્નો હલ કરવા માટે વિકાસ પર નિયંત્રણ કે શૂન્ય વિકાસ વૃદ્ધિ દરની વિચારધારા વહેતી મૂકવામાં આવેલ.

જો તમારે ઉંચો વિકાસનો દર સાધવો હોય તો પર્યાવરણ સંરક્ષણની, ટકાઉ વિકાસના દરને પડતો મુકવો પડશે. કારણ કે જેમ વધારે વિકાસ તેમ પર્યાવરણના વધુ પડતાં પ્રશ્નો, વિકાસ કરવા માટે મોટા રાક્ષસી કદના ઉદ્યોગો સ્થાપવામાં આવશે. ઔદ્યોગિકરણ થતાં શહેરીકરણનાં પ્રશ્નો ઉભા થશે. ઔદ્યોગિકરણ અને શહેરીકરણને લીધે હવા,

* Lacturer, Arts & Commerce College, Nizar

પાણી જમીન અને અવાજનું પ્રદૂષણમાં વધારો થશે.

જો ખેતી દ્વારા દેશના વિકાસ કરવાના પ્રયત્ન કરવામાં આવે તો મોટા પ્રમાણમાં જંતુનાશક દવાઓ, રાસાયણિક ખાતરો અને પાણીના વધુ પડતાં વપરાશને કારણે જમીન અને પાણીના પ્રદૂષણના પ્રશ્નો વધશે.

આમ, વિકાસના પ્રમાણમાં જેમ જેમ વધારો થતો જાય છે તેમ તેમ પ્રદૂષણના પર્યાવરણનાં પ્રશ્નો ઉત્તરોત્તર વધારો થતો જાય છે. બેરી કોમનર જેવા વિદ્વાન વિકાસ અને પર્યાવરણીય વચ્ચેના અસંતુલનના પ્રશ્ન માટે વસ્તીને જવાબદાર માને છે. તેઓના મતે જેમ જેમ વસ્તીનું પ્રમાણ વધતું જાય છે તેમ તેમ વપરાશમાં વધારો થતો જાય છે અને વપરાશનું પ્રમાણ વધતા પ્રદૂષણના પ્રશ્નો સર્જાય છે. માંગને આધારે જ ઉત્પાદન કરવામાં આવે છે અને તેથી ઉત્પાદનને કારણે પ્રદૂષણના પ્રશ્નો સર્જાય છે.

(૨) વિકાસને કારણે સર્જાતાં પ્રદૂષણના પ્રશ્નો: વસ્તીને કારણે પ્રદૂષણનાં પ્રશ્નો નથી વધતાં પરંતુ આર્થિક વિકાસને લીધે લોકો પાસે વધારે આવક આવે છે. તેથી તે વપરાશમાં વધારો કરે છે વપરાશ વધતાં ઉત્પાદનમાં વધારો થાય છે. અને તે પર્યાવરણના પ્રશ્નો ઉભા કરે છે.

ખેતીમાં વધારે પાક લેવાં વધારે પડતાં રાસાયણિક ખાતરો જંતુનાશક દવાઓ, યાંત્રિક સાધનો અને આધુનિક ટેકનોલોજીના અમર્યાદિત ઉપયોગને કારણે આપણે જે ખોરાક ખાઈએ છીએ તે પ્રદૂષણ શુદ્ધ રહ્યો નથી.

ઉદ્યોગોના ગંદા પાણી અને કચરો નદી કુવાઓમાં ઠલવવાથી પાણી પ્રદૂષિત બને છે. આમ આપણે જે પાણી પીઈએ છીએ તે પ્રદૂષિત થાય છે. વધારે પડતાં વાહનોને લીધે હવા પણ પ્રદૂષિત થાય છે. આમ આપણે જે હવા શ્વાસમાં લઈએ છીએ તે પ્રદૂષિત છે. આમ પ્રદૂષિત હવા, પાણી અને ખોરાક ને લીધે શરીર અનેક રોગોનો ભોગ બને છે.

આમ, જેમ જેમ આર્થિક વિકાસનો દરનું પ્રમાણ વધતું જાય છે તેમ તેમ પ્રદૂષણનાં પ્રશ્નોમાં ઉત્તરોત્તર વધારો થતો જાય છે. આથી જો પર્યાવરણના પ્રશ્નોને જો આપણે હળવા બનાવવા હોય તો વિકાસ પાછળની આંધળી દોટ છોડવી જ રહી.

વિકાસ—વૃદ્ધિને સ્થગિત કરવાનો અભિગમ:

પ્રદૂષણના પ્રશ્નોને હલ કરવા માટે વિકાસદરને ઓછો કરવાની કે સ્થગિત કરવાની હિમાયત કરવામાં આવે છે. કારણ કે વિકાસના આ ઝડપી વેગને રોકવા સિવાય પ્રદૂષણનાં પ્રશ્નોને દૂર કરવું અશક્ય છે.

આ સંજોગોમાં પ્રશ્ન એ ઉપસ્થિત થાય છે કે કયા દેશનાં વિકાસને સ્થગિત કરવો. વિકસતા દેશો કે જેઓ વિકાસમાં ઘણાં પાછળ છે આ દેશોના જે વિકાસ સ્થગિત કરવામાં આવે તો પ્રદૂષણનો પ્રશ્નોનો કે લોકોના જીવનધોરણનો પ્રશ્ન હલ ન કરી શકાય. આથી વિકસીત દેશોના વિકાસને સ્થગિત કરવાની જરૂર નથી કારણ કે આ દેશોએ પર્યાવરણને વિકસીત દેશોની તુલનામાં ઘણું ઓછું નુકસાન કર્યું છે.

પરંતુ વિકાસ ઔદ્યોગિક દેશોએ ઉચ્ચ વિકાસ દર સિધ્ધ કર્યો છે. તેઓની આવક પણ ઘણી વધારે છે આથી જો વિકસીત દેશોનો વિકાસ દર સ્થગિત કરવામાં આવે તો આ દેશોમાં પર્યાવરણના નુકસાનની ઉદભવતાં પ્રશ્નો જેટલા પ્રશ્નો ન સર્જાય. અને જો વિકસીત દેશોના વિકાસ દરને સ્થગિત કરવામાં આવે તો માત્ર તે દેશના જ પ્રદૂષણનાં પર્યાવરણનાં પ્રશ્નો ઘટશે તેમ નથી. પરંતુ સમગ્ર વિશ્વના પ્રદૂષણનાં પ્રશ્નો ઘટશે. કારણ કે વિશ્વના કુલ પ્રદૂષકોમાં અનેક પ્રદૂષણોમાં સૌથી વધારે ફાળો વિકસીત દેશનો જ છે.

વૈશ્વિક તાપમાન વધારવામાં (ગ્લોબલ વોર્મિંગ) વિકસીત દેશો જવાબદાર છે. વિશ્વનાં કુદરતી સંશાધનોના વિકસતા દેશોની તુલનામાં વિકસીત દેશો વધારે ઉપયોગ કરે છે. આથી વિકસીત દેશોના વિકાસ દરને સ્થગિત ન કરતાં વિકસીત દેશોના વિકાસ વૃદ્ધિ દર સ્થગિત કરવામાં આવે તો પણ પ્રદૂષણનાં પ્રશ્નો હળવા બનાવી શકાય તેમ છે.

પર્યાવરણ મિત્ર વિકાસ દ્વારા સંતુલન:

વિકાસ ધ્વારા હંમેશા પ્રદૂષણનાં પ્રશ્નો, પર્યાવરણના પ્રશ્નો વધે છે. એ બાબત હંમેશા માટે સો ટકા સાચી નથી. કારણ કે સેન્દ્રીય ખેતી કરીને વરસાદના પાણીને જમીનમાં ઉતારીને તેન ખેતીમાં ઉપયોગ કરવાની પ્રદૂષણનાં પ્રશ્નો વધતાં નથી એ જ રીતે પર્યાવરણ મિત્ર પેદાશોનું ઉત્પાદન કરીને તેમજ નાના પાયાના તેમજ ગૃહ ઉદ્યોગો દ્વારા

ઔદ્યોગિક વિકાસ કરવાની પણ પ્રદૂષણના પ્રશ્નો સર્જાતા નથી. એજ રીતે પ્રદૂષણ વિનાની ઉત્પાદન પદ્ધતિ અને ટેકનોલોજી વિકસાવીને અને પ્રદૂષણ ન વધે એ રીતે વપરાશ, જીવનધોરણ અને જીવનપદ્ધતી અપનાવીને પણ પ્રદૂષણનાં પ્રશ્નો હળવા બનાવી શકાય.

વિકાસની સાથે સાથે જો પર્યાવરણ સંરક્ષણનાં પગલાઓ લેવામાં આવે તો પ્રદૂષણનાં પ્રશ્નો હળવા બનાવી શકાય. આમ, જો કોઈપણ દેશે વિકાસ કરવો હોય તો પર્યાવરણ મિત્ર વિકાસ દ્વારા પર્યાવરણ અને વિકાસ વચ્ચે સંતુલન જાળવી શકાય તેમ છે. જરૂર છે. પર્યાવરણની જાળવણી દ્વારા વિકાસને આગળ ધપાવવાની.



* Arti P. Dhakan

Arts [ECONOMICS]

Research Zone India

Vol :- 7

Issue :- (4)

Sept :- 2019 Page - 8 - 10

ISSN :- 2319 - 8168

વરાછા વીસ્તારના સંદર્ભમાં સર્વોદય સહકારી બેંક લીમીટેડ ની નાણાકીય સ્થિતિ નો અભ્યાસ

પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં વરાછા વિસ્તારમાં આવેલી ધી. સર્વોદય સહકારી બેંક લિ. ની નાણાકીય પરિસ્થિતિનો અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો છે. પ્રસ્તુત બેંક અંગેની પ્રાથમિક માહિતી મેળવી વર્ષ ૨૦૧૦ થી ૧૦૧૪ દરમિયાનની નાણાકીય ગતિવિધિઓની જાણકારી પાંચ વર્ષના વાર્ષિક અહેવાલો પરથી પ્રાપ્ત કરી નાણાકીય પત્રકોનું વિશ્લેષણ કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં વર્ષ ૨૦૧૦ નો સમયગાળો પ્રસ્તુત બેંક માટે નબળો રહ્યો હતો. અને આ સમયગાળા દરમિયાન બેંકના ચોખ્ખો નફામાં ઘટાડો નોંધાયો હતો. તેનું મહત્વનું કારણ વૈશ્વિક મંદીનો માહોલ અને માધવપૂરા કૌભાંડની અસર જણાઈ હતી.

પ્રસ્તાવના

કેન્દ્ર સરકારની જનધન યોજનાની જાહેરાત કરી તેની સાથે દેશમાં નવી આર્થિક ક્રાંતિનાં પગરણ શરૂ થઈ ગયા છે. દેશના સેંકડો પરિવારો અને નાગરિકો બેંક એકાઉન્ટથી જોડાયા છે. આ યોજનામાં સહકારી બેંકો જોડાઈને વધુને વધુ નાગરિકો સુધી આ યોજનાનો લાભ પહોંચાડવા અંગેની કામગીરીમાં સહકારી બેંકો શરૂ કરવામાં આવી છે. જનધન યોજનાની કામગીરીમાં સહકારી બેંકોનો ફાળો મહત્વનો છે. તેથી સહકારી બેંકોની નાણાકીય પરિસ્થિતિનો ક્યાસ મેળવવો આવશ્યક છે. પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં વરાછા વિસ્તારમાં આવેલી ધી. સર્વોદય સહકારી બેંક લિ. ની નાણાકીય સ્થિતિનો અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો છે.

બેંકનો અર્થ અને સહકારી બેંકિંગ માળખું

બેંક એ ગ્રીક શબ્દ “બેન્કયુ” માંથી ઉતરી આવેલ છે. “બેન્કયુ” નો અર્થ થાય છે Banch. એમ કહેવાય છે કે બેંકનો ઉદભવ જર્મનીમાં થયો હતો. નાણાં ધીરધારનો ધંધો બેન્કો પર બેસીને કરતા હતા. જર્મન શબ્દ બેંચ એટલે જોઈન્ટ સ્ટોક કંપની. બેંક શબ્દ ગમે તે પરથી ઉતરી આવેલ હોય પરંતુ તેને નાણા ધીરનાર સાથે સંબંધ છે તેનો ઉદભવ યુરોપના મધ્યયુગમાં થયો હતો તે વાત નિશ્ચિત છે. આધુનિક બેંકના ત્રણ પૂર્વજો છે (૧) વેપારી (૨) શાહુકાર અને (૩) સોની.

૧૯૪૮ના બેંકિંગ કંપની નિયમન ધારાની કલમ ૫(બ) પ્રમાણે બેંકિંગની વ્યાખ્યા,

“નાણા ધિરવા માટે કે રોકાણનાં હેતુ માટે જાહેર પ્રજા પાસેથી થાપણ પર નાણાં સ્વીકારવા અને માંગણી તરત કે બીજી રીતે નાણાં પરત કરવાં, જે ચેક, ડ્રાફ્ટ, ઓર્ડર અથવા બીજી રીતે ઉપાડી શકાય.”

શ્રી કાઉથર ના અભિપ્રાય મુજબ,

“બેંક એવી સંસ્થા છે કે જેમની પાસે ફાજલ નાણાં હોય અથવા જેઓ તેમની આવકમાંથી બચત કરતા હોય તેમની પાસેથી નાણાં એકત્ર કરે છે અને જેને જરૂર હોય તેને આ નાણાં નું ધિરાણ કરે છે “

સહકારી બેંકિંગ માળખું :

ભારતમાં સહકારી બેંકિંગ માળખામાં સહકારી બેંકો ખૂબ જ મહત્વનું સ્થાન ધરાવે છે. ભારતમાં સહકારી પ્રવૃત્તિના પદ્ધતિસરના વિકાસની શરૂઆત ૧૯૦૪માં સહકારી મંડળીના કાયદાથી થઈ છે. ખેતમજૂરોને કચડાયેલ દશામાંથી ઉગારવાના હેતુથી સહકારી ચળવળનો પ્રરંભ થયો હતો. આ અંગે કો-ઓપરેટિવ સોસાયટી એક્ટ ૧૯૦૪ નામનો કાયદો પસાર કરવામાં આવ્યો હતો. આ કાયદામાં બેંકોનો સમાવેશ કરાયો ન હતો ત્યારબાદ કો-ઓપરેટિવ સોસાયટી એક્ટ ૧૯૧૨ નામનો કાયદો પસાર કરવામાં આવ્યા હતા. આ કાયદાથી સહકારી બેંકોની માન્યતા અને નોંધણીની જોગવાઈ કરવામાં આવી હતી. ભારતમાં ત્રિ-સ્તરિય સહકારી ધિરાણ માળખું જોવા મળે છે. જે નીચે મુજબ છે

૧. ગ્રામીણ કક્ષાએ ધિરાણ મંડળીઓ (સ્થાપના ૧૯૦૪)
૨. જિલ્લા કક્ષાએ મધ્યસ્થ સહકારી બેંકો (સ્થાપના ૧૯૧૨)
૩. રાજ્ય કક્ષાએ રાજ્ય સહકારી બેંકો (સ્થાપના ૧૯૧૪ મંગલેગન સમિતિ)



આ બેંકો ટુંકા અને મધ્યમ ગાળાનું ધિરાણ પૂરું પાડે છે. સહકારી બેંકો

* M.Phil Economics, Vir Narmad South Gujarat University, Surat

માત્ર કૃષિ વિભાગને જ નહિ પરંતુ નાના કારીગરો, ગ્રાહકો, નાના કારખાનાના માલિકોને પણ ધિરાણ આપે છે. ભારતીય કૃષિ બેંકોનું કામ સહકારી બેંકોએ લીધું એમ કહી શકાય. લોકશાહીના પાઠો શીખવતી સહકારી પ્રવૃત્તિ દેશના વિકાસ માટે જેટ સમાન પૂરવાર થઈ છે. ભારતમાં સહકારી ધિરાણ માળખાના ટોચ પર રાજ્ય સહકારી બેંકો છે જે રાજ્યની તમામ સહકારી બેંકોનું નિયમન કરે છે. વચલા સ્તરે મધ્યસ્થ સહકારી બેંકો છે, જે સામાન્ય રીતે દરેક જિલ્લામાં આવેલી હોય છે અને પાયાના સ્તરે પ્રાથમિક સહકારી ધિરાણ મંડળીઓ છે જે ગ્રામીણ કક્ષાએ કાર્યકરતી હોય છે.

ગુજરાતમાં રાજ્ય સહકારી બેંક લી. (૧૯૬૨) હાલમાં અમદાવાદ શહેરમાં આવેલી છે. આ બેંકને એપેક્ષ બેંક તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. સુરત જિલ્લાના ચૌટાપૂલ વિસ્તારમાં સુરત ડિસ્ટ્રિક્ટ કો-ઓપરેટિવ બેંક આવેલી છે. જેની નોંધણી રાજ્યના સહકારી કાયદા અન્વયે થાય છે. અને તેનું સંચાલન સહકારી કાયદા, કાનૂન, બેંકના પેટા નિયમ અન્વયે થાય છે. આ બેંકનું કાર્યક્ષેત્ર સુરત જિલ્લા પુરતું જ મર્યાદિત રહે છે.

- આજે વિશ્વમાં કુલ ૩૧,૨૩૧ કો-ઓપરેટિવ બેંકો આવેલી છે. (૨૦૦૪ મુજબ)
- ભારતમાં ૧૫૮૨ (૨૦૧૧ મુજબ) અર્બન કો-ઓપરેટિવ બેંકો આવેલી છે. જેમાં ૫૩ શિડ્યુલ્ડ અર્બન કો-ઓપરેટિવ બેંકો આવેલી છે. ૩૧ રાજ્ય સહકારી બેંકો આવેલી છે.
- ગુજરાત રાજ્યમાં ૨૩૨ (૨૦૧૩ મુજબ) જેટલી કો-ઓપરેટિવ બેંકો આવેલી છે
- સુરત જિલ્લામાં લગભગ ૨૦ જેટલી અર્બન કો-ઓપરેટિવ બેંકો આવેલી છે.

નાગરિક સહકારી બેંક

ગ્રામ્ય વિસ્તારમાં પ્રાથમિક સહકારી મંડળીઓ હોય છે. શહેરી વિસ્તારમાં આવી મંડળીઓ હોતી નથી. શહેરમાં પણ કારીગરો, મજૂરો તેમજ નાની મોટી નોકરી કરતા કર્મચારીઓ હોય છે. તેમને પણ આર્થિક સંકળામણ નડતી હોય છે. સહકારી બેંકોનો મૂળ આશય આર્થિક રીતે પછાત લોકોને શાહુકારનાં ચુંગલમાંથી છોડાવવાનો છે. આથી શહેરમાં વસતા આ પ્રકારના લોકોને સહાય થવાના આશયથી નાના-મોટા શહેરોમાં આવી બેંકોની સ્થાપના થયેલી છે. જેમકે, અમદાવાદ, વડોદરા, સુરત, ભરૂચ, નવસારી વગેરે શહેરોમાં આવેલી છે. નાગરિક સહકારી બેંક પગરદાર કર્મચારીઓ, નાના કામદારો, ઉદ્યોગકારો, મધ્યમ કે નીચલા થરના લોકોને તેમજ વેપારીઓને વ્યાજબી દર અને અનુકૂળ શરતોએ ધિરાણ પૂરું પાડે છે. તે અન્ય વાણિજ્યિક બેંકોની જેમ જ કાર્ય કરે છે. જેમકે ચેકનાં નાણાં આપવા, ડ્રાફ્ટ આપવા, નાણાંની હેરફેર કરવી, ઓવરડ્રાફ્ટ, થાપણો સ્વીકારવી, તારણ (જામીનગીરી) સામે ધિરાણ આપવું વગેરે. આવી બેંકો શહેરમાં સામાજિક વિકાસમાં નાના મોટા દાન આપીને મદદરૂપ બને છે. આ ઉપરાંત અર્બન કો-ઓપરેટિવ બેંક અન્ય બેંકો કરતા વિશિષ્ટતા ધરાવે છે જેમકે,

- શહેરી નાગરિકોને પોતાના નજીકનાં જ રહેઠાણ વિસ્તારમાં બેંકિંગ સુવિધાઓ મળી રહે છે.
- આ બેંકની સ્થાપના પહેલા શહેરી વિસ્તારનાં લોકોનું શોષણ થતું

હતું અને ઊંચા વ્યજના દરે ધિરાણ મેળવતા હતા.

- સ્વંય રોજગારી તેમજ નાના વેપારીઓને ધિરાણ પૂરું પાડે છે.
- અન્ય બેંકોની સરખામણીએ ઓછા ખર્ચે બેંકિંગ સેવાઓ ઉપલબ્ધ કરે છે.
- આવાસ માટે આ બેંકો ધિરાણ પૂરું પાડે છે.
- સ્થાનિક જરૂરિયાતોનો અભ્યાસ કરી વધુ સારી રીતે સેવાઓ પૂરી પાડે છે.

પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં વરાછા વિસ્તારમાં આવેલી ધી. સર્વોદય સહકારી બેન્ક લિ. ની નાણાંકિય સ્થિતિનો અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો છે. ધી. સર્વોદય સહકારી બેન્ક લિ. અંગેની પ્રાથમિક માહિતી નીચે મુજબ છે.

ધી. સર્વોદય સહકારી બેન્ક લિ. ની પ્રાથમિક માહિતી



- સ્થાપના વર્ષ : ૮^{મી} મે ૧૯૮૨
- R.C.S. Regd. No. S-5071 DT. 12-2-1982
- RBI Licence No. ACG/GJ-298 P Dt. 03.05.1982
- મંજૂર થયેલ શેરભંડોળ : રૂ. ૨૫.૦૦ લાખ (૧૯૮૨) રૂ. ૧૦.૦૦ કરોડ (૨૦૧૪)
- ભરપાઈ થયેલ શેરભંડોળ : રૂ. ૪.૦૦ લાખ (૧૯૮૨) રૂ. ૪.૨૭ કરોડ (૨૦૧૪)
- બેંકની શાખાઓ : આઠ (મુખ્ય શાખા સહિત)
- મુખ્ય શાખા - (વરાછા રોડ) “શ્રી નીધિ”, ખાંડ બજાર વરાછા રોડ, સુરત - ૩૯૫૦૦૬
- બોર્ડ ઓફ ડિરેક્ટરોની સંખ્યા : ૧૪ (ચેરમેન, વાઈસ ચેરમેન, મેનેજિંગ ડિરેક્ટર, બે એક્ઝર્પ્ટ અને નવ ડિરેક્ટરો)
- ચેરમેન - શ્રી પ્રફુલ્લચંદ્ર એ. શાહ
- વાઈસ ચેરમેન - ડૉ. કનુભાઈ માવાણી
- મેનેજિંગ ડિરેક્ટર - ડૉ. જયાનાબેન બી. ભક્ત
- જનરલ મેનેજર - શ્રી જીતેન્દ્રભાઈ બી. પટેલ
- મેનેજર (વહીવટ) - શ્રી પાર્થિવ જરીવાલા

ધી. સર્વોદય સહકારી બેન્ક લિ. ની નાણાકીય માહિતી

વિગત	૨૦૦૮-૧૦ કરોડમાં	૨૦૧૦-૧૧ કરોડમાં	૨૦૧૧-૧૨ કરોડમાં	૨૦૧૨-૧૩ કરોડમાં	૨૦૧૩-૧૪ કરોડમાં
મંજૂર થયેલ શેરભંડોળ	-	-	-	૧૦.૦૦	૧૦.૦૦
ભરપાઈ થયેલ શેરભંડોળ	-	-	-	૭.૨૭	૮.૧૬
અનામત અને અન્ય ફંડ	૩૦.૨૩	૩૨.૮૬	૩૪.૭૦	૩૮.૩૦	૪૩.૪૮
થાપણો	૨૦.૧૮	૨૧.૪૫	૨૫.૦૧	૩૦.૦૧	૩૪.૦૮
ધિરાણો	૧૦૪.૮૫	૧૨૨.૭૩	૧૪૪.૦૬	૧૭૩.૮૧	૨૦૩.૮૫
રોકાણ	૮૩.૮૬	૮૮.૮૬	૮૩.૦૩	૧૬૭.૭૭	૧૭૨.૭૪
કાર્યકારી ભંડોળ *	-	-	૩૦૫.૨૫	૩૬૨.૧૮	૪૦૮.૧૬
ચોખ્ખો નફો	૨.૭૩	૧.૮૧	૪.૮૭	૩.૫૦	૫.૧૭
સભાસદોની સંખ્યા	-	-	૧૫૮૭૧	૧૬૮૮૮	૧૭૩૮૮

*કાર્યકારી ભંડોળ = મિલકત - દેવું

ધી. સર્વોદય સહકારી બેન્ક લિ. ની નાણાકીય માહિતીનું અર્થઘટન

વિગત	૨૦૦૮-૧૦ થી ૨૦૧૦-૧૧ (%)	૨૦૧૦-૧૧ થી ૨૦૧૧-૧૨ (%)	૨૦૧૧-૧૨ થી ૨૦૧૨-૧૩ (%)	૨૦૧૨-૧૩ થી ૨૦૧૩-૧૪ (%)	સરેરાશ (%)
અનામત અને અન્ય ફંડ	+ ૮.૦૩	+ ૫.૨૭	+ ૧૩.૨૫	+ ૧૦.૬૩	૮.૫૪
થાપણો	+ ૬.૨૪	+ ૧૬.૬૦	+ ૧૮.૮૮	+ ૧૩.૬૦	૧૪.૧૧
ધિરાણો	+ ૧૭.૦૫	+ ૨૪.૩૨	+ ૨૦.૦૮	+ ૧૭.૮૧	૧૮.૪
રોકાણ	+ ૫.૩૨	- ૫.૮૮	+ ૮૦.૩૪	+ ૨.૮૬	૨૦.૬૬
કાર્યકારી ભંડોળ	-	-	+ ૧૮.૬૫	+ ૧૨.૬૮	૭.૮૪
ચોખ્ખો નફો	- ૩.૬૫	+ ૧૬૮.૦૬	૨૮.૨૮	૩૪.૨૮	૫૬.૮૬

પ્રસ્તુત બેંકની નાણાકીય પરિસ્થિતિ તપાસતા જણાય છે કે,

- ધી. સર્વોદય સહકારી બેન્ક લિ. ની થાપણોમાં વર્ષ ૨૦૦૮ થી ૨૦૧૪ ના સમયગાળા સુધીમાં સરેરાશ ૧૪.૧૧ % જેટલો વધારો નોંધાયો હતો જેમાં વર્ષ ૨૦૧૧ થી ૨૦૧૨ (૬.૨૪ %) ના સમયગાળામાં અન્ય ત્રણ વર્ષોની તુલનામાં ઓછો વધારો થયો હતો અને વર્ષ ૨૦૧૨-૧૩ માં અન્ય ત્રણ વર્ષોની તુલનામાં સૌથી વધુ વધારો નોંધાયો હતો.
- ધી. સર્વોદય સહકારી બેન્ક લિ. ના ધિરાણમાં સરેરાશ ૧૮.૪ % જેટલો વધારો નોંધાયો હતો જેમાં વર્ષ ૨૦૧૦ થી ૨૦૧૧(૧૭.૦૫ %) ના સમયગાળામાં અન્ય ત્રણ વર્ષોની તુલનામાં ઓછો વધારો થયો હતો અને વર્ષ ૨૦૧૨-૧૩ (૨૪.૩૨ %) માં અન્ય ત્રણ વર્ષોની તુલનામાં સૌથી વધુ વધારો નોંધાયો હતો.
- ધી. સર્વોદય સહકારી બેન્ક લિ. ના રોકાણમાં સરેરાશ ૨૦.૬૬ % જેટલો વધારો નોંધાયો હતો જેમાં વર્ષ ૨૦૧૧થી ૨૦૧૨ (-૫.૮૮. %) ના સમયગાળામાં ઘટાડો નોંધાયો થયો હતો અને વર્ષ ૨૦૧૧-૧૨ (૧૬૮.૦૬ %) માં અન્ય ત્રણ વર્ષોની તુલનામાં સૌથી વધુ વધારો નોંધાયો હતો.
- ધી. સર્વોદય સહકારી બેન્ક લિ. નો ચોખ્ખો નફો સરેરાશ ૫૬.૮૬ % જેટલો નોંધાયો હતો જેમાં વર્ષ ૨૦૧૦ થી ૨૦૧૧ (- ૩.૬૫ %) ના સમયગાળામાં ઘટાડો નોંધાયો થયો હતો અને વર્ષ ૨૦૧૧-૧૨ (૩.૬૫%) ના સમયગાળામાં ઘટાડો નોંધાયો થયો હતો માં અન્ય

ત્રણ વર્ષોની તુલનામાં સૌથી વધુ વધારો નોંધાયો હતો.

તારણો

- એકદંરે જોતા જણાય છે કે, ૨૦૧૦ નું વર્ષ પ્રમાણમાં નબળું રહ્યું હતું. જેનું કારણ એ હતું કે, છેલ્લા કેટલાંક વર્ષો સહકારી બેંકિંગ ક્ષેત્ર માટે કપરા હતા જેનું સૌથી મહત્વનું કારણ માધવપૂરા કૌભાંડ હતું. ત્યારબાદ વૈશ્વિક મંદીનો માહોલ છવાયો હતો.
- ૨૦૧૦ ના સમયગાળામાં બેંકના ચોખ્ખો નફામાં ઘટાડો નોંધાયો હતો. જેનું કારણ માધવપૂરા કૌભાંડ ની અસર જણાઈ હતી.
- ૨૦૧૩-૧૪ ની આર્થિક પરિસ્થિતિનું અવલોકન કરતા જણાય છે કે વિતેલા વર્ષમાં દેશ અને દુનિયાની આર્થિક પરિસ્થિતિ પર નજર કરતા આપણને જણાય છે કે વૈશ્વિક સ્તરે તથા આપણા દેશમાં ઉત્સાહજનક વાતાવરણ જણાતું નથી. વિશ્વના અનેક દેશોમાં રોજગારી અને જી.ડી.પી. ના વૃદ્ધિ દરમાં ઘટાડો થવાથી તેની અસર આપણા દેશના ઉદ્યોગ ધંધા પર વિપરિત અસર થઈ છે. જેની અસર બેંકિંગ સેક્ટર પર જોવા મળે છે.

સંદર્ભ સાહિત્ય

- ⇒ ડૉ.ડી.એ. ઉગ્રાટ(૨૦૦૮),શિક્ષણ અને સામાજિક વિજ્ઞાનમાં સંશોધનનું પદ્ધતિશાસ્ત્ર.
- ⇒ ડૉ. શાંતિલાલ બી. મહેતા (૧૯૮૦) ભારતમાં સહકારી પ્રવૃત્તિ
- ⇒ બેંકિંગ અને નાણાકીય બજારો(૨૦૦૬), ટી.વાય.બી.એ;પોપ્યુલર પ્રકાશન.



* Kalpesh Prajapati

Arts [HINDI]

Research Zone India

Vol :- 7

Issue :- (4)

Sept :- 2019 Page - 11 - 13

ISSN :- 2319 - 8168

wartly gáml` - jlvn ke ictee: DaRramdrx im&

smsamiyk ihNdl rcnakaro.meDaRramdrx im& ka nam smadr`ly hE jnkeiviwnN saihTy Sv+po. keA.tgR jPNyas saihTy gáml` jlvn ke bhAayaml ic5` ka dStavE hE gáml`-jlvn ka shl AOr y4a4Ric5 pStu krnemeDaRim& jI ko pyaRt sflta pApt hE hE gám-jlvn hl jnke]pNyaso. ka kEd/ibNduhE vh Apnl pti xiKt AOr svedna kesa4 jPNyas me Aaivw hAa hE Ok jlv.t pa5 kl trh jskl jpiS4it jPNyas ko pA`van AOr A4Ran bnatl hE

DaRim& jI ke gáml` jPNyas. me gav Apnl smSt ivx0taAao. ke sa4 jJagr hAa hEAOr yh gav jnka Apna hoteh0 wl smSt wart ka ko{ paitini2k gav ho skta hE yhl jnkeic5` kl qbl khl ja sktl hE im& jI kl spUR svedna gám jlvn mesrabor hE im& jI negám jlvn kl tSviro. ko iqcteiqcte xhr kevatavr` ko wl Aaloikt ikya hE lèkn xhr ka ic5` gav kl p*#wun kl shjta, sadgl AOr sNdrta ko mUR krnemepAy: Vyitrokl +p me]piS4t hota hE [s sdwRmesredp tap yadv neil qa hE "gám jlvn se]nka sb2 sdE bna rha hE [sil0 vegAmy jlvn keic5` me vha>kl ijNdgl keshwoKta AOr wagldar rhehE"

Svat."yo%r ihNdl jPNyas. meDaRim& jI ka mUyvan yogan rha hE sn\ÉÑÎÉ se ÉÑÑÑ keblc ilqegye]nkeGyarh jPNyas ihNdl saihTy kl &# ini2 hE [nme

`panl ke pAclr', `jI 30ta hAa', `s0ta hAa talab', `bls brs' AOr `4kl hE sbh' me to mQyt: gáml` jlvn ka y4a4Ric5` hAa hl hE lèkn x0 `Apne log', `Aaidm rag', `rat ka sfr', `Aakax kl 7t', `ibna drvajeka mkan' AOr `d0ra 6r' jPNyas. ka sl2a sb2 xhrl jlvn sehEikNtu jnkemQy pa5 wl Anwv AOr soc ke 2ratl pr hlkeya ghre+p megav-gav sejDehotehE "jnmeya to gav kl 2rtl sek3 jane kl pIda hEya ifr gav kl jDta AOr +i!yaidta semkt hone kl 73p3ah3 jsexhr senhl.jDpatE Aatirk j+rt ke+p megav jnkl Sm%yo. mebar bar jwrta rhta hE"

`panl ke pAclr', `jI 30ta hAa' AOr `s0ta hAa talab' jPNyas. kl k4a-wun gorqpa ijleka vh k7ar-A0l hE jo raptl AOr goraRnidyo. kl 2araA0. se i6ra hE AOr ba!\_ s0a, Aavagmn kl Asi2a t4a Any pkar kl pák%k ivpi%yo., rajnlitk jpaA0. Ov. Aai4R ivpNntaA0. ke kar` Aix9a, A2ivXvas t4a Aai4R x08` rajnlitk x08` ka ixkar bna hAa hE

Aajadl kebad wartly gav0. mebhú tE l ke sa4 bdlav Aaya hE gav kl jo parSpirk ijNdgl 4l, js ijNdgl ke iqlaf, js ijNdgl ko toDtI hE Ok n{ ijNdgl jwrnelgl rajnlit ke 90 me A4Rke90 me ApneAi2karo. kl mag ihNdl saihTy kl &# ini2 hE [nme ke90 me pirvar kesMbN20. kesNdwrme

* Asso. Prof. B.B. Avichal Arts & Commerce College, Mandavi

Aai4R Ai2karo. kepl't s cē hone Aaid
kesNdwRmega. me0k nya]Nm8 Aa rha
hEA0r [s nyēn kl phcan im& jl ne
Apne]pNyaso. mekl hē [s ka mU kar`
yh hEik Apna gaṽ hr Str pr]nke
rcna-s.sar mesmaya hAa hEA0r ve[s
t\$y ko Apnl AaTmk4a me SvIkar wl
krtehE "mea gaṽ n janeiktneStro. pr
mūmehE n janeiktneStro. pr]snemea
inmaR ikya hE n jane]skevtRan A0r
Atlt kl iktnl jlvn2ara0>mūme jane
AnjaneApna vḡ A0r p/wav 7oD_g{ hē
n jane]ske jlvn ke blhD_jgl me
jlvNt cir5o. keiktnepeD_qDe4e jo mee
Anwv meA0r meercna-jgt mesmateg0
hē" sTyta wl yhl hEik Apne]pNyaso.
kei10 kCca mal im& jl neApnepirvā
sehl shēa hEA0r Apnl rcna-dī3 ke
Anup]se[s pkar sesyoijt ikya ik
jn samaNy ko jlvn kepl't 0k Aa4a,
0k ivXvas pāpt ho skē
`Apnelog']pNyas melēk neApneA0r
pōf s r pmod kema@ym se gorqpū ka
S4anly wbol pStū ikya hē pmod ne
idLll mebls v8oRtk siv2a kl ijNdgl
wogl hē vha>wl]segaṽ kepl't lgatar
Apnl Aor qlcta rha hē [sl kaē sevh
Apneko Ajnbl mhsū krtā rha hē gaṽ
A0r ngr d0no. ijNdglyo. kem@y jUta
hAa vh pū trh ikssi sewl AaTmlyta
A0r lgav ka Ahsas nhl. Kr pata hē
gorqpū me Aakr Apne logo. keblc me
rhkr wl pmod ko sūapn lgta hē
Aajadl kbad kl A0pNyais k kī%yo. me
ramdrx im& jl kl gaṽ sesbi2t jo wl
kū Anwūya>hEvh]%r pda kegorqpū
A0r deirya ijle ke Aas-pas ke gaṽ.
kl hē "ramdrx im& jl ka lēn gāml`
95o. kl smSyaA0. ko]jagr krne 4ta
VyvS4a kl dhllj tk dbl, xoi8t,
pliD_t jnta kl Aavaj phane ke]dēy
seAot-pōt hē]nkelēn kl Aa2arwū

deirya jnpd hē DaRim& kelēn ka yh
95 tra{ ka [laka pDta hē jha>kl
hva menml hē jha>grlbi hē"
DaRamdrx im& jl negaṽ kesamaij k-
Aai4R jlvn key4a4Rko]d6ai3t ikya
hē Apnegaṽ kl ijNdgl ko AC7I trh se
+paiyt ikya hē pūw +p sejmdaro. ka
kūVyvhar, Sva4Rta, ASpXyta, vglRta,
{*yaRvānSy Aaid ka ic5`]nke]pNyaso.
medēa ja skta hē im& jl ke]pNyaso.
me]nka Apna Anwv ikya hAa pirvā
jlvn sTy hē im& jl ke]pNyaso. me
gaṽ. ke logo. kl Aai4R iS4ityo. kl
bkarl kl smSya, dhē kl smSya, ba!_
kl smSya Aaid ke kar` ke kar` hone
vall Aai4R dāvS4a ka ic5` hē
DaRamdrx im& jl neApne]pNyaso. me
gaṽ. kl smSyaA0. ke sa4-sa4 ivkas
ka wl ic5` ikya hē `jl 30ta hAa'
melog ivkas kebaremen{ srkar A0r
nēaA0. ko wla-būa ktehE tb maS3r
sēgn kemn meskaraTmk ivcar cl rhe
hē" jmdarl toDneja rhl hē SkUo. ka p/
sar krne ja rhl hē sbko bolne kl
Svt5ta dl hē sbko sman Ai2kar
idya hē mtai2kar to sbsebDa Ai2kar
hē sbko VyikTtv pān ikya ja rha hē
pcayt-raj kl S4apna ho rhl hē logo.
kemn sewy ko dū ikya ja rha hē
gaṽ. kesūar kl yojna bDejor-xor se
kayRkr rhl hē qēo. Keivkas kei10
ibjll, kA0. ka [tjam ho rha hē"
`4kl hē sūh' DaRim& jl ka nya
]pNyas hē [sme]Nhonema2opū kepirvā
kl sSkēt ka pircy l(ml kema@ym se
kraya hē Ashay l(ml lqn} me"ēng
krke Apne gaṽ Aatl hE A0r Aate hl
lok-wūn A0r lok-s.skēt ka Anwv
krtl hē vh v8oRbad gaṽ kemdemejatl
hē mdg, zaz A0r 66+ kl siMmilt
@vinya>0k ly me yha>vha>bjtl hē
l(ml bhū idno. ke bad [s mēe se

gŭrkr tajgl ka Anwv krti hE"sal
 wr lqn} kevavr` mebd rhnekebad
 Apne[s pirvæ meApneko pakr vh bhū
 romaict ho]#l 4l| n janeKya hE[s
 lokwūn A0r lok-sSkēt me log Apne
 ApneAwav wU kr Ok samūk]Llas se
 ihlgoilt ho]#te hE [skl s.jlvnl
 7An se]nke]das 3Beh0 mno.meOk n{
 sbh jag pDtl hE"ⁱ
 gām-jlvn Ov.sSkēt kepIt im& jI ko
 bhū lgav hE [sl kar` Apnl rcnaAo.
 mev h iksl-n-iksl +p mebar-bar Apne
 gaṽ ko inharte clte hE A0r gaṽ ke
 bdlte jlvn-y4a4R ko ici5t kr jate
 hE im& jI xhr kl Apṭa Apnegāmaēl
 seAi2k 6in*#ta ke sa4 jDe h0 hE
 xhr me jane kebavjū vebar-bar gaṽ me
 AatehEA0r Apnl jNmwwūn kepURSVpno.
 ko sakar krtehE]nke xhrl k4a se
 sb2l]pNyaso.mewl gaṽ ka]Llṭ bar-
 bar Aata hE]nke pa5 gaṽ ke log,
 raSte qṭ-qilhan, ndl, pxup9l Aaid
 ka Smr` krtehE `jI 3Ṭta hAa' ka
 stlx ivxṭ yōḡyta ivxard A0r saihTy
 rTn pas honekeilo Apnegaṽ sedū Ok
 injl SkU me cla jata hE lēkn]se
 vha> ka vatavr` ras nhl. Aata]]se
 Apnegaṽ kl jmln pkartl hū lgtl hE
 `rat ka sfr' me1tu"ṭ mesfr krti
 hū Apne duqd Anwvo. ke sa4 gaṽ ke
 pirvæ ko wl mhsṬ krti hE]sneApne
 bcpn kekū sal gaṽ mehl ibta id0
 4ṭ bad me xhr merhnepr wl gaṽ kl
 im3Ṭl se[ska lgav 3Ṭa nhl. 4a] [sl
 trh `Apnelog']pNyas ka pmod gorqpu
 men0krl krta hE vha>sepdh mll dū
 dḥat me]s ka Apna gaṽ A0r qṭl wl hE
]s ka Apnegaṽ A0r qṭl kepIt wavnaTmk
 lgav hE "vh]s pirvæ mejana cahta
 hEjha>kl im3Ṭl sevh bna hE jha>ke
 qṭ-qilhano., ndl.-nalo., bag-bglco.,
 mEo-m0smo. ko bcpn ke sa4l kl trh

Apnewltr ijya hE"^D
 DaRramdrx im& jI nemQy +p sewartly
 gāml` jlvn ka y4a4Ric5` ikya hE ve
 gaṽ sehl bnehE]NheGaṽ nehl inimR
 ikya hE ve khtehE "mea gaṽ n jane
 iktneStro. pr mūme hE n jane]ske
 vtRan A0r Atlt kl iktnl jlvn-
 2ara0>mūmeJaneAnjaneApna vg A0r p/
 wav 7oDtl g{ hE n jane]skejlvn ke
 blhD jgl mejlvn cir5o. keiktnepeD_
 qDe4ejo meeAnwvo. meA0r meercna-
 jgt me smateg0 hE mea gaṽ]s pṭe
 jvar meApnecir5o. kekar` bhū sQyat
 ya kQyat 4a] " [sseSp*3 hEik im& jI
 Apnegaṽ ko kwl wl nhl. wU payehE
]pyṛt ccaRse[tna Sp*3 ho jata hEik
 DaRramdrx im& gām-jlvn keictē hE
]Nhonemhangr merhkr wl gaṽ ko kwl
 nhl. 7oDa]]nkesdwRmeDaRiv*`up/wakr
 ney4a4Ril qa hE "ngr meAa inkla,
 Ok [san jo vha>kl p/kt A0r sSkēt
 se dṬt vatavr` ses68Rkr rha hE
 yad krkegaṽ-go3 kes68Rll nr-nairyo.
 ko]vha>kepḍḍ` sevh bṭbr ho, Oṣa
 nhl. hE jmlidar, mhajn A0r rajnlit ke
 isk.jemetDpteinp3 dḥaityo.mewl vh
 qoj lṭa hE s68Rll [sano.ko]"^N [s
 p/kar gaṽ hl]nkelṭn kl pṭ`a rha hE
]sehl vexikt manteh0 ilqte hE "mE
 to]s gaṽ kl bat kr rha hḍijsmeYh
 xiKt 4l A0r jha>semEejlnekl xiKt,
 jlvn kepIt AaS4a A0r]ssers gh`
 kl sHdyta payl hE yh mel #os jmln
 hEjo mūsemeelṭn merhl hE ya mEA0r
 mea lṭn ijs pr rha hE"

s dwR s Ṭl

⇒ ramdrx im& kl sḡn-ya5a: mhavlr
 ish c0han p*#-îÈ
 ⇒ jha>mE qDa hḍ: DaR ramdx im&,
 p*#-ñî



* Dharmesh J. Motivaras

Physical Education

Research Zone India

Vol :- 7

Issue :- (4)

Sept :- 2019 Page - 14 - 16

ISSN :- 2319 - 8168

EFFECT OF PRANAYAMA ON DEVELOPMENT OF ACCURACY IN AIR RIFLE SHOOTING

The present study was conducted with the aim to find out the effect of pranayama on development of accuracy in air rifle shooting. For this study Forty eight boys from ninth standard of 'Kendriya Vidyalaya, Bhavnagar were randomly selected. The subjects were divided into two equal groups one experimental and other one control. The experimental group A did ujjayi and anuloma —viloma pranayama in swasthika asana for a period of eight weeks the ten round of pranayama of ujjayi and anulama-viloma each with proportion of 1:2:2 the rechaka and kumbhaka was double then the puraka phase. The experimental group was practicing six days in a week at 1 pm to 2 pm. The controlled group B was consisting daily routine. The performance of subjects in shooting accuracy was recorded on C R T target prior and after experimental period. The data collected from the subjects were statistically analyzed by using T test. It was observed that there was significant difference in the performance of experimental group at 0.5 level of confidence.

Introduction

Certain Sages and Muni of India, devoting their lives to study of men's nature and problems, gradually evolved an organized system of control by means of which he could rise his capacities to their highest level. Because in the past this yoga has at times been misused, they think of it as a form of cheap magic or as an ascetic practice, but such a distorted picture is far from the real truth.

Yoga is a scientific system that has now been found useful to bring harmony in body and mind. Yoga in fact tackle all the aspects of psycho-physiological functioning Garrote (1987), Udupa (1985), Vidaya and Pansara (1986), Bara and Rajpurkar (1993), of human being.

Any kind of activity while requires a total concentration of mind will also control our breath which may be stopped for a while e.g. while threading the needle. This shows clearly that there is a correlation between our mind and pranic activity like breathing. In the same way that breath is affected by the mind, so the mind can be influenced by breath. Mental states are closely reflected by breath, excitement breathing is fast and erratic, uneven and

disturbed. In depressed mood there is limited intake of air and much is lost.

Pranayamas or training in breathing, focuses the mind help to control the emotions, and calms the nervous system. By pranayama that are practiced correctly, the whole of nervous system is well integrated and then the impulses run easily 'susumana', the impulses coursing through the control pathway give rise to a steadiness and balance of mind.

Moreover, on the basis of various research reports, pranayama along with other yogic practices has now been found useful for mental fatigue, and optimize anxiety level, Kocher (1972), Karmande (1981), some other research reports also revealed that yoga if made both accessible and acceptable to the sports men as training part, might help to improve sports skill and co-ordination abilities. Deasi (1979), Singh (1996), Kocher (1974).

So far many studies have been done on effect of pranayama but much work has not been done to investigate effect of pranayama on sports related activity like shooting accuracy.

Methodology

* P.E.T. Javahar Navodaya Vidhyalaya, Dahod

Forty eight boys from ninth standard of Kendriya Vidyalaya, Gwalior were selected at random for this study. The age of subjects was taken from the school health record and average age was 16 years. The subjects were divided into two groups experimental group A and control group B of twenty four each. The control group had experience about yogic activities and actively participates in sports activities. Other side the experimental group was not involved in such activity.

The experimental group A did ujjayi and anuloma — viloma pranayama in swasthika asana for a period of eight weeks the ten round of pranayama of ujjayi and anuloma-viloma each with proportion of 1:2:2 the rechaka and kumbhka was double then the puraka phase. The experimental group was practicing six days in a week at 1 pm to 2 pm. The controlled group B was consisting daily routine. The performance of subjects in shooting accuracy was recorded on C R T target prior and after experimental period. The data collected from the subjects were statistically analyzed by using T test. The level of significant selected was .05.

Criterion measure

The test was administrated in Kabaddi stadium of Lakshmbai Nation College of physical education Gwalior. The test was conducted between 1.30 pm to 2.30 pm; the score of individual out of hundred Points on CRT target were the criterion measure for measuring accuracy in air rifle shooting. The subjects took ten shots from a distance of ten meters with a standing position. The shot was taken with 0.172 bore air rifle. The CRT target was used shooting were having specification range 9mm to 90 mm dimension. Details of target and point awarded system are as under.

Ring	Dimension	Score
10 ring	9 mm	10
9 ring	18 mm	9
8 ring	27 mm	8
7 ring	36 mm	7
6 ring	45mm	6
5 ring	54 mm	5
4 ring	63 mm	4
3 ring	72 mm	3
2 ring	81 mm	2
1 ring	90 mm	1

The duration was given to finish alt ten shots with the maximum twenty five minutes. Before testing the subjects one week training was given to both groups for removing the technical error. This period was not included in the experimental design.

Analysis of Data

Table- I

Group Mean Increases in Performance in Air Rifle Shooting

Group	Mean	Mean difference	SE. difference	't' ratio
A	15.33	14.08	3.09	4.56*
B	1.25	--	--	--

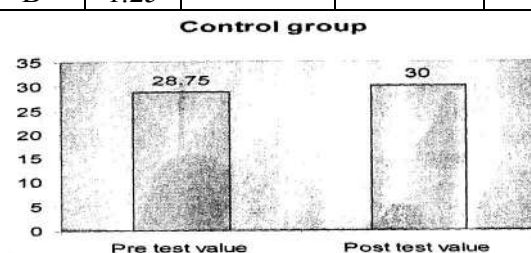


Figure 1:- Comparison of mean scores on pre and post test for the control group

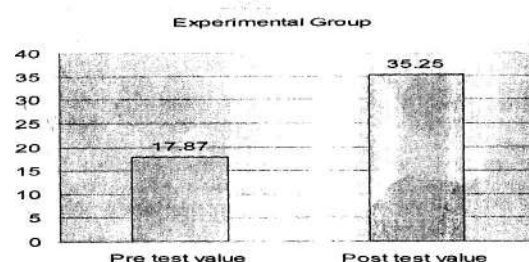


Figure 2:- comparison of the mean scores on pre and post test for experimental group

Result and Discussions

From the result of the study, it was observed that there was significant difference in the performance of experimental group at .05 level of confidence.

Shooting is such sports activity which required greater concentration, attention, and study mind, body balance, emotionless state, good perception and kinesthetic responses too. Shooting also required steadiness and too hand co-ordinations with long breath holding time. Experimentally it has been established that the attention, mental effort, different emotion bring about some modification in breathing. By pranayama weregulate our breathing and make it rhythmic, then it is possible to make our body and mind more balance. Pranayama training was also found to improve these factor successfully, Pratap, 1968;

Kocher, 1974; Karwarde, 1981; pranayama not only contribute to nan shudhi but can effect a change in the very path way of the impulses through the brain, resulting in to a constant steadiness and balance of body and mind, Singh, 1996; probably that is why the performance in shooting response to pranayama found significant.

Through yogic pranayama psychomotor performance may improved significantly. Shahu (1983) observed that yogic training programme enhances performance significantly involved speed and accuracy. Our investigation supported these earlier finding.

If you breathe while aiming, movement of chest will be transmit to rifle and will cause the sight to go out of alignment with target. So, the breathing control and holding is essential. The amplitude of these movements is made smaller and smaller. The shooters have the expected picture when he holds the breath. Pranayama not only made breath slow and it is also increase holding time. The present investigation supported theses earlier finding by Ganguly & Gharote, 1988; Joshi, 1981;

Practicing pranayama, breath holding time increased might have resulted in stretching the lungs muscles and alveoli in greater degree which, in term might have increased capacity and size of lungs. Besides oxygen consumption in body cell is in lower degree and which in consequence, might have improved the breath holding time. Due to breath holding time improve, probably that may be a important reason by which the performance in shooting accuracy also improve significantly. Another finding also suggests the basket ball shooting accuracy may be significantly improved through yoga practice, Singh (2009). Further, the result suggests that one can efficiently improve shooting accuracy by practicing pranayama.

REFERENCE

- ⇒ Bera, T.K& Rajapurkar.M.V(1 993),” body composition, cardiovascular endurance and anaerobic power of yogic practitioner” Indian Journal of physiology and pharmacology 37,3 225-228.
- ⇒ Gharote M.L. (1987). “Effect of every day and alternate day yoga training of physical fitness of school children” Ayurveda and Yoca, 7, 9-15
- ⇒ Ganguly.S.K, Gharote.M.L.and Jolly,S.R.(1 988) “Immediate effect of kapalbhati on cardiovascular endurance” Yoga Mimamsa, 27, 1&2, 8-9.
- ⇒ Joshi, K.S. (1981). “Effect of Kapalbhati on Retention of Breath” Yoga Mimamsa xx: 1 &2; 29-35.
- ⇒ Kocher,H.C(1972). “Training Test as a measure of steadiness among yoga practicer” Yoga Mimamsa vol xv: 3, 13-22
- ⇒ Karmande, Anil Kumar (1981) “Comparative effect of yogic and physical exercise n anxiety level and mental fatigue of children’s (Un published master thesis) Jiwaji University,
- ⇒ Kocher,H.C (1974) “Some appraisal of steadiness and two hand coordination, as result of yogic practices. Yoga Mimamsa vol. xvi, 3&4,131-448
- ⇒ Pratap,V.(1968) “steadiness in normal before and after yogic practices, An exploratory study” Lonavala, qa Mimasa, vol. xi, 2; 1-13
- ⇒ Singh, R (1996) “A steady on certain yogic asana and physical exercise on selected coordinative abilities”. PhD Thesis, Aligarh Muslime Univesity.
- ⇒ Sahu,R.J and Bhole.M.V(1983) “effect of three weeks yogic training programme on psychomotor .performance”. Yoga Mimamsa vol xxii 1&2, 59-62
- ⇒ Singh, R (2009) “A study on assessing Effectiveness of selected yogic practices on developmet of Accuracy in basketball game” Amass vol.1, 109-111.
- ⇒ Udupa, K.N and Prasad R.C (1985) “Stress and its management by yoga”. New Delhi, Motilal Banarsidas. P.149



* Samir B. Bhaliya

Physical Education

Research Zone India

Vol :- 7

Issue :- (4)

Sept :- 2019 Page - 17 - 20

ISSN :- 2319 - 8168

INDIAN SPORT PERSON AND PERFORMANCE

Sports talent is a product of heredity and environment. But a person must be endowed with basic minimum of biological potential only then it can be developed through training and other environmental factors to a level needed in performance sports. In sports dominated countries the identification of talent through methods of sports medicine, physiology, and bio-chemistry. These sciences are able to determine certain biological e.g., Vo₂ max, muscle fiber distribution etc. The scientific criteria can be made by giving correct data to the coach particularly regarding the physical development capacity for aerobic and anaerobic efficiency. The human skeletal muscles have a mixture of slow twitch (Red muscle fiber) fibers and fast twitch (White muscle fiber) fiber while the range of fiber mixtures is relatively wide (ranging from 40 to 87 percent for fast twitch fiber and 13 and 60 percent for slow twitch fiber). Biopsy is the technique used for determining fiber types. Doping is the administration of or use of any substance foreign to the body or any physiological substance taken in abnormal quantity through abnormal route of entry into the body to enhance the performance. So, to check such practices, the I.O. C. has devised a list of substances banned for use by sports persons in competition/training, it is generally agreed among researchers in the area of altitude that any event performed at altitude (about 2000 meter or more) lasting more than 2 minutes will require a period of training at altitude in order to obtain optimal performance because in the high altitude there is lack of oxygen, lack of gravitational force, lack of density of air which reduces the resistance of the airways to the flow of air into and out of the lungs. Now a day's most of the developed countries are using the modern technologies and instrument for the development of sports and enhanced the performance. These modern technologies rarely used in India as per as sports concern.

Introduction

The Study of sports performance in India has not yet received due attention and it is mostly limited to a superficial level. This state of affairs hopefully will give way to a more serious and scientific approach. Sports training aims at improving sports performance. Therefore, the nature and structure of sports performance determines to a great extent the means and methods of trainings as well as the total planning, organization, implementation and assessment of training. Sports performance is a highly complex process and is a product of several internal and external factors encompassing all the aspects of human personality. So, sports performance is complex and multidimensional in nature. A sport performance in a simple words is the process of tackling given

sports tasks or demands. We can say that sports performance is the Psycho-Socio-Biological process of doing some actions of tackling some sports task. abilities

The performance capacity along with external factors determines the sports performance. Performance capacity is a complex of performance prerequisites which are divided into following five groups:

1. Constitution: It consists of physique, body weight and height, size, width and length of the body parts, body fats, lean body mass and stability of bones, joints etc.
2. Condition: It is also known as physical fitness. It consists of strength, speed and their complex forms.
3. Technique- coordination: It consists of technical skills, flexibility and Coordinative abilities.

* P.E.T. Javahar Navodaya Vidhyalaya, Dhansura

4. Tactics: It consists of tactical knowledge, tactical skills and tactical abilities.
5. Personality: It consists of beliefs, values, interests, attitudes, temperament, capabilities, personality traits, habits etc.

The various performance prerequisites are inter-related and inter-dependent. In above figure this relationship is depicted through of various rectangles. The five groups of factors i.e. condition, technique! coordination, tactics, constitution and personality represented by the respective rectangles. The training state (sum total of all performance prerequisites improved through training) also determines the relative dominance or importance of the performance factors. The process of performance, in addition to performance capacity is also influenced by external factors like officials, umpires, judges, opponent, equipment, weather, ground condition, other environmental factors etc. The external factors not only influence the process of performing but also the performance capacity. In the Indian cultural context there are some important inter-related factors related to sports performance which are at the stage of infancy. Some of the factors are given below-

- Talent identification
- Doping in sports
- High altitude training
- Modern technology
- Energy cost
- Diet

Talent Identification Sports talent is a product of heredity and environment. But a person must be endowed with basic minimum of biological potential only then it can be developed through training and other environmental factors to a level needed in performance sports. In sports dominated countries the identification of talent through and methods of sports medicine, physiology, and bio-chemistry. These sciences are able to determine certain biological e.g., Vo₂ max, muscle fiber distribution etc. The scientific criteria can be made by giving correct data to the coach particularly regarding the physical development capacity for aerobic and anaerobic efficiency.

Aerobic capacity means consumption of more oxygen to break down carbohydrates and fats which

provides more amount of energy. It is important for long duration of exercises. The body's ability to use oxygen depends on the efficiency of the cardiovascular system i.e. lungs, heart and blood vessels. The example of aerobic activity are calisthenics, walking, jogging, swimming, rope skipping, weight training, circuit training, cycling, football, hockey, lawn tennis, marathon etc.

Anaerobic capacity means consumption of less oxygen and it is important for those activities which require short bouts of vigorous movement in which aerobic metabolism can't take place and ATP and CP provides energy in this capacity.

The human skeletal muscles have a mixture of slow twitch (Red muscle fiber) fibers and fast twitch (White muscle fiber) fiber while the range of fiber mixtures is relatively wide (ranging from 40 to 87 percent for fast twitch fiber and 13 and 60 percent for slow twitch fiber). Biopsy is the technique used for determining fiber types. Biopsy research has shown that there are specific muscles that are regarded as having predominantly either slow twitch or fast twitch fibers. For instance, the soleus, semitendinosus, vastus lateralis, rectus abdominus and rectus femoris are just few that contain a large percentage of slow twitch fibers, at the same time the bicep brachii, deltoid, gastrocnemius and latissimus dorsi are a few that have high levels of fast twitch fibers. Investigations have also shown a rather interesting relationship between specific fiber types and certain athlete abilities. For example world class sprinters are characterized by high percentage (up to around 74 percent) of fast twitch fibers in their leg muscles while at the same time world class distance runners possess a much level of slow twitch fibers (up to around 74 percent) in their leg muscles. Studies had shown that only the capacities and size of the fiber increases as the result of training and not the number of twitch contraction time. It means that a person having high percentage of fast twitch fibers can't change in short twitch fibers, but he/she can develop it through training. So such type of sports persons can better perform in anaerobic type of sports. So in this concern the sports dominated countries like U.S.A., England, China etc. are earlier

diagnose the percentages of slow twitch and fast twitch fibers in the muscles of the children (Age 4-7 year) and on the basis of the fibers arrangement, heredity and as per the interest they will decide the sports. But in Indian the biopsy technique is at infancy stage.

Doping in Sports

The use of performance enhancing drugs is banned in sports. However, Physical exercise and exertion impose upon the body an increased demand of nutrients and oxygen. The body can meet the demand only a certain level beyond which exhaustion sets in. A sports person needs to keep himself vigorous, energetic, full of vitality and endurance, to achieve all this some sports persons resort to pills and injections as shortcuts to success as they don't understand that good genes, scientific coaching, proper nutrition to the task are what ultimately brings them success.

Doping is the administration of or use of any substance foreign to the body or any physiological substance taken in abnormal quantity through abnormal route of entry into the body to enhance the performance". So, to check such practices, the I.O.C. has devised a list of substances banned for use by sports persons in competition/training. The widespread use of drugs in sport, however began in 1960's Rome Olympic. In this Olympic one of the cyclist was died after competing cycle race because he has taken 'Ronical' (a type of drug). After this incident the drug test in Olympics began from 1968's Mexico Olympic. In India there is only one Dope Control Center which is situated at Jawahar Lal Nehru Stadium, New Delhi, but it is just like a drop of water in the ocean. This is the reason that Indian Sports persons gave good results in domestic competition in comparison to international competition because in India they take drugs freely to enhance the performance. We can take an example of Inter collegiate athletic meet, 2003-2004 of CC. S. University, Meerut, which was held at Saharanpur and I was the university observer. Around 70% of athletes were taken drugs and in this case, so at this level Doping spread in bigger way. It was also one of the news of Aaj Tak Channel that Indians athlete gives better performance in domestic competition in comparison to International due to the

use of banned drugs.

High Altitude Training

It is generally agreed among researchers in the area of altitude that any event performed at altitude (about 2000 meter or more) lasting more than 2 minutes will require a period of training at altitude in order to obtain optimal performance because in the high altitude there is lack of oxygen, lack of gravitational force, lack of density of air which reduces the resistance of the airways to the flow of air into and out of the lungs. Due to lack of gravitational force the energy required to lift the body as in the Pole Vault, high jump, sprint run, long jump etc., would be theoretically decreased.

Modern Technology

Now a day's most of the developed countries are using the modern technologies and instrument for the development of sports and enhanced the performance. These modern technologies rarely used in India as per as sports concern. Some of the technologies and instrument are listed below.

Magic Eye - It is an instrument use to measure the length of distance covered by javelin in javelin throw event.

Electronic Wrist Band - Most of the sports rich countries like Holland, South Korea, Germany etc. are using the electronic wrist band which is linked with the laptop. During the competition like hockey, the coach of the team watch the heart beat of a player which comes on the screen of laptop, related to the work load. If it will go beyond the 140 per minute then immediately coach will substitute the player, because in the hockey game there is rule of rolling substitution. This band is also used in different types of sports training. The game of baseball involves many signals and signs between the coach and players in order to perform specific plays, tactics and strategies to outmaneuver the other team and win the game.

Cinematography - Through cinematography one can easily watch the acquisition of skill in a by part manner, it will gives 120 photographs in a second which helps in the rectification of the skill. Latest example was the injury of Sachin Tendulkar, which was diagnose with the help of Cinematography technique. The main reason behind the injury was

the wrong way to perform the square cut skill.

Swim Suit - The swim suit for Men/Women are manufactured by using scientific thread which reduced the water resistance by 2 meter per second.

Sports Shoe with Chip - sports shoe has a computer chip that adjusts the cushioning in your sole while you run. It is an Intelligent Shoe. What is great about the shoe is that it adjusts itself to your running conditions. The heel of the shoe has a magnetic sensor that measures compression by taking thousands of readings every second to provide the microprocessor with the information needed to calculate the ideal level of cushioning.

And more others

Energy cost - In India rarely used an instrument and manual formula to find out the energy cost of particular player during training session/camp. Energy cost means the quantity of energy consumed for a particular task. We can take an example of one football player who takes a meal of 3600 Kcal and by the training he consumed only 2600 Kcal energy (calculated through energy cost). So balance is 1000 Kcal this 1000 Kcal is a reserves, it means in the next meal he will reduced the meal by 1000 Kcal or increase the load. But in India, players will take a diet of again 3600 Kcal, it means total energy in that player is 4600 Kcal. So the excess amount of Kcal, energy will give negative effect and increase the fats in the body.

Diet - Balance diet means a diet which contains the nutrient in a appropriate proportion. So in sports, diet should be balanced according to the nature of sports, age, weight, height, sex, and climate and health condition. In scientific principle of sports training sports are classified into four groups as per as diet concern. The groups of sports are:

1. Light sports- It involves skill games which require high skill, minimum strength and low endurance. The muscular effort of this sports is equivalent of the effort involved in walking 2 miles/hr and as per as diet concern it require 50 Calories / Kg of weight. The proportion of nutrients are-CAR: 60% PROTIEN: 15 and FATS: 25%. For ex. Archery, Shooting, Billiards, Chess, Carom etc.

2. Moderate sports: It involves sports which require

skill moderate strength and moderate endurance. The muscular effort of this sports is equivalent to the effort involved in walking 4 mile/hr and as per as diet concern it require 60 Calories! Kg of body weight. The proportion of nutrients are-CAR: 60%, PROTIEN: 14% and FATS: 26%, For ex. Badminton, Cricket, Golf, Gymnastic, Kabaddi, Kho-Kho, Table Tennis, Tennis, Short Distance Swimming, Hurdling, Jumping and Throwing.

3. Heavy sports- It involves sports which require skill, high strength and high endurance. The muscular effort of this sports it equivalent to the effort involved in walking 6 mile/hr and as per as diet concern it require 70 Calories! Kg of body weight. The proportion of nutrients are- CAR: 60%, PROTIEN: 13% and FATS: 27%. For ex. Boxing, Wrestling, Football, Hockey, Handball, Cycling, Squash, Water polo, Fast Bowling in Cricket, Weight Lifting, Middle Distance Running, Middle Distance Swimming, Decathlon and Pantheon.

4. Endurance sports- It involves sports which require skill, moderate strength and extreme endurance. The muscular effort of this sports is equivalent to the effort involved in walking 8 mile/hr and as per as diet concern is require 90 Calories / Kg of body weight. The proportion of nutrients are-CAR 60%, PROTIEN: 12%. Forex. Marathon, Cross Country, Long Distance Walking, Channel Swimming, Mountaineering and Rowing.

Finally I feel that the Indian Govt. and Ministry of Youth Affairs and Sports will give more preference to the development of Sports because our Indian Sports Performance is going down day by day and one day definitely will come when Indian Sports looks like a “Drop of Water in the Huge Ocean”.

REFERENCE

- ⇒ **Beotra**, Alka, Drug Abuse in Sports, New Delhi: Sports Authority of India, 2004.
- ⇒ **Kumar**, Mahendra, “Talent Identification For Sports”, Journal of Sports Traumatology and Allied Sports Sciences, Vol. No.2, 2000.
- ⇒ **Mottram**, D.R., Durg in Sport, Britain, London: St. Edmunds bury Press Ltd., 1988.



* Pinal Dhaduk

Physical Education

Research Zone India

Vol :- 7

Issue :- (4)

Sept :- 2019 Page - 21 - 23

ISSN :- 2319 - 8168

WOMEN IN SPORTS: CHANGING CONCEPT AND EVOLVING ROLE

The fact that girls and women can successfully compete in strenuous athletic activities without physiological and psychological harm is gradually gaining belated acceptance in our society. In the past, female participation in sports and physical recreation was discouraged mainly for aesthetic and cultural reasons. The cultural conditions under which we have lived have insisted that there are distinct physiological and psychological differences between men and women that preclude the latter from participating in strenuous physical activity particularly of a competitive or a competitive nature. But history reveals that in ancient Greece, for example, the Spartan girls were trained by women trainers who employed a programme similar to that of boys including running, jumping, weight throwing and wrestling. At the time women indulge in strenuous physical activity and thrived on it. It was, in earlier a way of life and was accepted as such.

Women's athletic- worthy of the name- did not exist prior to World War I & women began Olympic competition widely only in 1928. The study of specialized physiology involved in the reaction of the female at different ages to the various stressors in athletic competition is relatively new. Furthermore, women's athletics have developed around modifications of existing men's sports; whether these activities are best suited to the unique and the physiological, and sociological needs of girls and women has yet to be properly established. Even though it is well accepted by all concerned in this field that a woman can be both physically active and feminine at the same time. Expert opinions gathered from doctors of medicine, teachers, researchers, psychologists and the women athletes themselves produce an ever increasing amount of proof that as

long as a girl or women is physically fit voluntary participation in competitive sports is not detrimental to either her health or her morals. It is, rather, definitely beneficial.

Social Aspect

The difference between masculine and feminine behavior is associated with sharp contrasts in temperament. The male viewed as naturally aggressive and active, which are characteristics compatible with vigorous, highly competitive sport. Conversely, the female is seen as naturally non aggressive and passive. Further, western culture has traditionally defined female as inferior and dependent on men, with their primary role responsibilities being as child bearers, rearers of children, home makers, and otherwise facilitating their husband's achievement and success. Their prevailing role of a feminine woman clearly was at odds with that of a competitive athlete which was seen as demanding aggressiveness, dominance, tough mindedness, and risk taking.

Scientists assert that sex role have changed significantly in recent years, primarily because unprecedented numbers of women have entered economic life and have demanded equality with men, at first in the workplace, and then in other aspects of life. The women's movement has elicited numerous changes in public social and political consciousness, and has helped redefine occupational and family roles for women. The women's movement encouraged the dramatic increase in sports participation among girls and women since the early 1970s. Even more important, though, has been the effect of Title IX of 1972 Education Amendments, which mandated that sex cannot serve as grounds for exclusion from participation in any educational program or

* Ph.D. Student, Saurashtra University, Rajkot

activity(Adams 1991)

A factor of particular importance in continued resistance to full equality in sports participation for females are the persistent effects of several social institutions which are traditionally slow to change. One's learning of their sexual identity is initiated by their family, and is subject to significant differences in childrearing practices. Children learn parental expectations of sex- appropriate behavior, which includes sports and vigorous physical pursuits being identified with the male role and negatively associated with the female role.

Women in Sports- Physiological Aspects :

Women by virtue of their sex are at a disadvantage in a very large number of sports. Therefore they should be judged in terms of relative only to the performance standard of their sex. Sex has a definite influence on training principally because of physiological differences in the capacity to perform exercises.

General muscle strength in the female is approximately two thirds that of the male. Strength differences between male and female are reduced when related to body size. Again strength differences vary among the different muscle groups. For example, in comparison with men women are weaker in the chest, arms and shoulders but the leg strength per unit body unit is actually slightly greater in the female. With respect to strength development, relative strength- increases in the female are the same or even better than in males following similar weight training programme. From weight training programme female can expect little or no change in total body weight, a decrease in body fat and increase in muscle size.

Women are subject to the same physiological laws as are men. However females have a smaller heart and faster pulse rate. These indicate a greater and more rapid increase in pulse rate at the beginning of exercise and much slower recovery following exercise. The pulse rates of trained women athletes are about ten beats per minute slower than those of non- athletes.

At the rest average number of RBC in the female is 4.5 million per cu. Mm as compared to five million

per cu. Mm in the male. Post exercise values reflect an increase of approximately one million for both the sexes. The total amount of hemoglobin and the total blood volume for the female are less than for the male, the differences being about 25 per cent between untrained men and women and only about 12 per cent after each is trained.

At a given level of oxygen consumption women indicate a higher heart rate than do men. On the other hand at a given heart rate men can transport more oxygen during sub maximal and maximal work. In both sexes the maximum heart rate bears a linear relationship with an increased work load. However women become exhausted at a lower rate of performance. Blood pressure values both diastolic and systolic are from 5 to 10 mm of Hg. Lower in the female.

Physical Trainability and Females

Among trained female subjects a significant increase in the heart volume, cardiac output and stroke volume were observed. When compared with sedentary data, the magnitude of the changes are comparable with that of males. Trained subjects of both sexes appear to utilize their anaerobic process to approximately the same level. It has also been shown that muscular training in female results in increased capacities of 1) A.T.P-P.C. system and 2) anaerobic glycolysis that is the Lactic acid system. This increase is evidenced by the ability to accumulate significantly greater quantities of blood lactic acid following maximal exercise, but less than male. females and male.

There are certain biological differences between females and males. There is no good evidence to indicate that coaches, athletic trainers or other officials in charge of athletics for women need to be concerned with any special rules and regulations regarding sports participation for normal, healthy girls and women. The young, prepubertal girl is no more at risk for injury than is the young, prepubertal boy. After puberty, the young women tend to have less strength and a greater per cent of body fat than the male, and does not perform as well in speed and strength activities.

There are a number of body fluctuations which occur in the young women with the menstrual cycle. At

present there is no evidence that such variation is an overriding consideration in women's participation in sports or exercise. Further there is no evidence that would indicate that vigorous athletic activity, conducted in a proper and intelligent fashion, is harmful to those women athletes who subsequently will bear children. Pregnancy may be a deterrent to the competitive athlete. Certain modifications must be made during this period. Because physical activity is necessary for proper human functioning, it is essential that women, as well as men, participate in many of the opportunities which are available in sports and physical activity programmes.

Present information concerning physical training indicates that training frequency, duration and intensity have similar effects on both sexes. Adaptations to athletic training are more similar than differences do exist, but they should be recognized mainly as differences in magnitude rather than mechanism. There is very little research available in present time concerning the female and physical training. However the findings support the idea that in general, females benefit from training just as males do and that this benefit is brought about through similar physiological changes.

Women in Sports- Psychological Aspects

Considering biological differences between male and female there is no supportive documents from a psychological view point of exercise are different in male and female participants. Though limitations are there in respect of intensity, duration and load with particular reference to involvement of strength

From a psychological view point there is no supportive literature indicating difference of male and female in respect of behavioral aspect of exercise. Through the process of socialization and sex role stereotyping, gender related differences in predominant need and preferred personality characteristics do exist.

From the finding of Helmreich and Spence (1977) it appears that those women (both athlete and scientists) who succeed in those areas of endeavor defined as stereotypically masculine do not do this at the expense to femininity. They further concluded that our stereotypic conception of masculinity and femininity in relation to achieving women may have been overly

simplistic. Study in women athletes. Williams (1978) identified that certain characteristics appeared to be related to highly skilled female athletes. These athletes appeared to be more "Assertive, dominant, self sufficient independent, aggressive, intelligent, achievement oriented, reserved and to have average to low emotionally". Federations (IFs), nongovernmental organizations that administer sports at a world level. As a result, the IOC, NOCs, IFs have established goals to promote women in Olympic decision-making positions. Currently there are 15 female members of the 155-member IOC, up from 12 in 2005.

In March 2008, during the 4th IOC conference on Women and Sport, held in Jordan, 600 male and female members of the Olympic movement met to discuss diverse issues, such as new opportunities to increase the participation of women in sport, female athletics as role models for young girls, and how culture determines women's access to sport.

REFERENCE

- ⇒ Adams W.C., (1991) foundations of Physical Education Exercise and Sport Sciences, Lea & Febiger Philadelphia
- ⇒ Banerjee A.K. (1983) Facts & Implications in Women's Sports 'Prochesta', Journal of the Department of Physical Education, University of Kalyani.
- ⇒ Benerjee Krishna, (1997) Influence of organized Physical Education Programme on selected performance variables & psycho-physiological potentialities of trainee females, unpublished Ph.D.thesis Kalyani university.
- ⇒ Helmreich R. Spence J.T., (1977) Sex roles and achievement. In Christinia and Landers (Eds) Psychology of motor behavior of sport, Humman Kinetics.
- ⇒ Gertrud Pfister, (1996). The struggle for Olympia: The women's world games and participation of women in Olympic Games, ICHPER-SD, Journal Vol XXXII No.4 summer.
- ⇒ Williams J. M. (1978) Personality Characteristics of the successful female



* Samir B. Bhaliya

Physical Education

Research Zone India

Vol :- 7

Issue :- (4)

Sept :- 2019 Page - 24 - 25

ISSN :- 2319 - 8168

A STUDY OF SPORT SCIENCE

Introduction

Sport science is a discipline that studies the application of scientific principles and techniques with the aim of improving sporting performance. Human movement (kinesiology) is a related scientific discipline that studies human movement in all contexts including that of sport.

The study of sport science traditionally incorporates areas of physiology, psychology, motor control and biomechanics but also includes other topics such as nutrition and diet, sports technology, anthropometry, kinanthropometry, and performance analysis.

Sport scientists and performance consultants are growing in demand and employment numbers, with the ever-increasing focus within the sporting world on achieving the best results possible. Through the study of science and sport, researchers have developed a greater understanding on how the human body reacts to exercise, training, different environments and many other stimuli.

Sport science can traced its origins to ancient Greece. The noted ancient Greek physician Galen (131–201) wrote 87 detailed essays about improving health (proper nutrition), aerobic fitness, and strengthening muscles. Assyrian Hunayn ibn Ishaq translated Galen's work, along with that of Hippocrates, into Arabic which lead to the spread of Greek physiology throughout the Middle East and Europe. Between 776 BC to 393 AD, the ancient Greek physicians planned the training regimens and diets of the Olympic competitors, which developed many principles still used today.

New ideas upon the working and functioning of the human body emerged during the renaissance as anatomists and physicians challenged the previously

known theories. These spread with the implementation of the printed word, the result of Gutenberg's printing press in the 15th century. Allied with this was a large increase in academia in general, universities were forming all around the world. Importantly these new scholars went beyond the simplistic notions of the early Greek physicians, and shed light upon the complexities of the circulatory, and digestive systems. Furthermore by the middle of the 19th century early medical schools (such as the Harvard Medical School, formed 1782) began appearing in the United States, whose graduates went on to assume positions of importance in academia and allied medical research.

Medical journal publications in the United States increased tremendously during this period. In conjunction the developments in America were also continuing across Europe. In 1898, three articles on physical activity appeared in the first volume of the American Journal of Physiology. Other articles and reviews subsequently appeared in prestigious journals. The German applied physiology publication, Internationale Zeitschrift fur Physiologie einschliesslich Arbeitphysiologie (1929–1940; now known as the European Journal of Applied Physiology and Occupational Physiology), became a significant journal in the field of research.

From this period to the modern day, a number of key figures have moulded the field into what it is today. Below is a selection of just a few of these:

· Austin Flint, Jr., (1836–1915) One of the first American pioneer physicians, studied physiological responses to exercise in his influential medical textbooks. Edward Hitchcock, Jr., (1828–1911) Amherst College Professor of hygiene and physical

* P.E.T. Javahar Navodaya Vidhyalaya, Dhansura

education, devoted his academic career to the scientific study of physical exercise, training and the body. Coauthored 1860 text on exercise physiology.

- George Wells Fitz, M.D. (1860–1934) Created the first departmental major in Anatomy, Physiology, and Physical Training at Harvard University in 1891.

- August Krogh (1874–1949) Won the 1920 Nobel prize in physiology for discovering the mechanism that controlled capillary blood flow in resting or active muscle.

- Per-Olof Astrand (1922–) Professor at the Department of physiology, Karolinska Institute, Stockholm. Wrote seminal paper which evaluated the physical working capacity of men and women aged 4–33 years.

Study of Sports Science

Higher-education degrees in sports science or human physiology are also becoming increasingly popular with many universities now offering both undergraduate and postgraduate degrees in the discipline. Opportunities for graduates in these fields employment as a physical education teacher, dietician or nutritionist, performance analyst, sports coach, sports therapist, fitness center manager, sports administrator, strength and conditioning specialist or retail manager of a sports store. Graduates may also be well positioned to undertake further training to become an accredited physiotherapist, exercise physiologist or clinical exercise consultant.

There are many noted institutions in the United Kingdom which run courses in sport and exercise sciences. Some of the more well known are St Mary's University College, Twickenham Durham, Leeds, Loughborough, Exeter, Bath, Bangor, Birmingham, Edinburgh, Liverpool John Moores, University of Portsmouth.

Within the United States, The University of Southern Mississippi in Hattiesburg, Mississippi offers degrees in Sports and High Performance Materials and Jackson State University in Jackson, Mississippi offers a Master of Science degree in "Sport Science" with two concentrations in either Sport Management or Strength and Conditioning. In 2010, East Tennessee

State University became the first university in the US to offer a PhD in Sport Physiology

Summary

Sports Science aims to facilitate and enhance communication across all sub-disciplines of the sport sciences. The emphasis of the journal is on the human sciences, broadly defined, applied to sport and exercise. Manuscripts dealing with original investigations of exercise, validation of technological innovations in sport or comprehensive reviews of topics relevant to the scientific study of sport will be considered for publication.

REFERENCE

- ø Gould, D., Dieffenbach, K., & Moffett, A. (2002). Psychological characteristics and their development in Olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 177-209.
- ø Hill, G.M., & Hansen, G.F. (1987). Sport specialization in high school: A complex issue.

Effect Exercise of Pilate on BMI and Fat Percentage on School tudents

The aims was Effect of Pilate Training on BMI and Fat Percentage on School Student. School Students 12 to 17 years age from the schools of Ahmedabd City School. Total 60 School Children were selected as subjects for the sample of the present study, in which 30 Student were included in the Pilate training group and 30 Student were included in the control group. The Criterion measurement of BMI and Fat Percentage through Body Composition Analyzer Machine. Statistical technique such as analysis of covariance was applied to know the effects on Pilates training group. Mean difference was examined at 0.05 levels by using Least Significant Difference Analysis of Covariance Test. It is hereby clear that, due to Pilate training, significant improvement is seen in the performance of subjects of Pilate Training Group in BMI with comparison to the Control Group. Noteworthy improvement is seen in BMI of the subjects selected through 12 weeks training. It is hereby clear that, due to Pilate training, significant improvement is seen in the performance of subjects of Pilate Training Group in Fat Percentage with comparison to the Control Group. Noteworthy improvement is seen in Fat Percentage of the subjects selected through 12 weeks training.

Keyword : Pilate Training, School Students, Body Composition Analyzer Machine, Analysis of variance

Pilates is not just exercise, pilates is not just a random choice of particular movements. Pilates is a system of physical and mental conditioning that can enhance ones physical strength, flexibility and co-ordination as well as reduce stress, improve mental focus, and foster an improved sense of well-being. Pilates can be for anyone and everyone. Pilates is an exercise system based on yoga principles with Germanic overtones embedded within it. It which mainly focuses on improving endurance and flexibility of the abdomen, lower back and hips. This exercise developed by the late Joseph Pilates in the 1920s was used as a method of rehabilitation from chronic diseases such as asthma. Its original idea includes growing muscle strength, endurance, and flexibility while maintaining spine stabilization.

Pilates exercises belong to a group of so-called Body-Mind Exercises, where the focus is on controlled movement, posture, and breathing. Pilates (pronounced: puh-lah-teez) improves mental and physical well-being, increases flexibility, and strengthens muscles through controlled movements done as mat exercises or with equipment to tone and strengthen the body. The method combines principles of exercises from the Eastern cultures (control of motion by the mind, precision, body

centre as the main energy point, proper breathing and relaxation – Hatha-Yoga) and the Western cultures (endurance training, stabilisation – classical ballet).

When emitting of endocrine gland is higher or lower than needed, the digesting system is disturbed and fat begins to store. There may be some mental causes also.

We should know our body fitness, blood pressure, degree of hemoglobin, fat, Body Mass Index (B.M.I) etc. It should be tested whether the weight is accordance to height or not and composition is thin, medium or heavy.

B.M.I. means index indicating proportion of weight and height of the body. To know B.M.I. of any person, his/her weight should be recorded in kg and height in meters. Following formula is used to measure B.M.I

$$\begin{aligned} \text{B.M.I.} &= \frac{\text{Weight}}{(\text{Height})^2} \\ &= \frac{18}{(1.80)^2} \\ &= \frac{18}{3.24} \\ &= 25 \text{ B.M.I.} \end{aligned}$$

Following table is used to compare degree of weight and height for B.M.I.

Less than 18.5 BMI	- less weight
8.5 to 24.9	- ideal weight
25.0 to 29.9	- over weight
Over 30.0	- extremely over weight

Here, calculated BMI of a person is 25, so in comparison of height and weight, he is over weight.

Aims of the Study :

The aims was Effect of Pilate Exercise on BMI and Fat Percentage on School Students.

Selection of Subjects :

Students 12 to 17 years age from the schools of Ahmedabd City School. Total 60 School Children were selected as subjects for the sample of the present study, in which 30 Student were included in the Pilate training group and 30 Student were included in the control group.

Criterion measurement :

No.	Variable	Test	Measurement
1	BMI	Body Composition	Kg./m ²
2	Fat Percentage	Analyzer Machine	%

Statistical Process :

Statistical technique such as analysis of covariance was applied to know the effects on Pilate training group. Mean difference was examined at 0.05 levels by using Least Significant Difference Analysis of Covariance Test.

Result of the Study :

Table – 1

Analysis of covariance of mean scores of as BMI experimental groups and a control group

Test	Groups		Analysis of variance			
	Pilate	Control	Sum of classes (SS)	df	MSS	'F'
Pre test Mean	20.596	22.102	B 34.035	1	34.035	3.743
			W 527.381	58	9.093	
Post-test mean	18.746	21.608	B 122.894	1	122.894	16.030*
			W 444.657	58	7.666	
Adjusted mean	19.294	21.060	B 43.937	1	43.937	15.159*
			W 165.210	57	2.898	

***Significance Level at 'F' = 0.05 (1,58) = 4.006 & (1,57) = 4.009**

In the Table-1 above, performance of BMI 'F' ratio of pre test was found to be 3.743. Comparing it with Table value (4.006), it was found insignificant

at 0.05 level. The 'F' ratio of Post Test was found 16.030. Comparing it with Table value (4.009) it was found significant at 0.05 level. In addition, the 'F' ratio of Adjusted was found to be 15.159.

Table – 2

Analysis of covariance of mean scores of as Fat Percentage experimental groups and a control group

Test	Groups		Analysis of variance			
	Pilate	Control	Sum of classes (SS)	df	MSS	'F'
Pre test Mean	15.12	15.93	B 9.842	1	9.842	1.670
			W 341.711	58	5.892	
Post-test mean	14.413	16.013	B 38.4	1	38.4	6.838*
			W 325.729	58	5.616	
Adjusted mean	14.795	15.632	B 10.210	1	10.210	26.005*
			W 22.379	57	0.393	

***Significance Level at 'F' = 0.05 (1,58) = 4.006 & (1,57) = 4.009**

In the Table-2 above, performance of Fat Percentage 'F' ratio of pre test was found to be 1.670. Comparing it with Table value (4.006), it was found insignificant at 0.05 level. The 'F' ratio of Post Test was found 6.838. Comparing it with Table value (4.009) it was found significant at 0.05 level. In addition, the 'F' ratio of Adjusted was found to be 26.005.

Conclusion :

- It is hereby clear that, due to Pilate training, significant improvement is seen in the performance of subjects of Pilate Training Group in BMI with comparison to the Control Group. Noteworthy improvement is seen in BMI of the subjects selected through 12 weeks training.

- It is hereby clear that, due to Pilate training, significant improvement is seen in the performance of subjects of Pilate Training Group in Fat Percentage with comparison to the Control Group. Noteworthy improvement is seen in Fat Percentage of the subjects selected through 12 weeks training.

Reference :

- ⇒ Kloubec, 2005; Quinn, 2005; Shedden, 2006 Sylwia Metel, Agata Milert. Joseph, Pilates' method and possibilities of its application in physiotherapy, Medical Rehabilitation, 2007;11(2):19-28.
- ⇒ Varma, Prakash J., A Textbook on Sports Statistics, Gwalior: Venus Publication, 2000.



* Laheri D. Mandalia

Rural Study

Research Zone India

Vol :- 7

Issue :- (4)

Sept :- 2019 Page - 28 - 29

ISSN :- 2319 - 8168

સમાજકાર્ય અને માનવ અધિકારો

લોકોના ગુણવત્તા યુક્ત જીવનના સંદર્ભમાં સમાજકાર્ય અને માનવ અધિકારો એક-બીજા સાથે જોડાયેલા અવિભાજ્ય તત્વો છે. રાજ્ય દ્વારા લોકોના અધિકારો પર નિયંત્રણ મૂકવામાં આવતું હોય ત્યારે નાગરિકો સુરક્ષિત અને આનંદદાયક જીવન ગુજારી શકતા નથી. લોકશાહી રાજ્ય હોવા છતાં રાજ્ય દ્વારા સમાજકલ્યાણની પાયાની જરૂરિયાતો જેમ કે ભોજન, આવાસ, કપડાં અને મુળભૂત અધિકારો વિના લોકશાહી નિર્થક છે આ સંદર્ભમાં મૂળભૂત કે માનવ અધિકારો શું છે? તે સમજવું અહીં જરૂરી છે.

છેલ્લા અડધા દાયકાથી સામાજિક કાર્યકરો, શિક્ષણવિદો, તત્ત્વચિંતકો, ધારાશાસ્ત્રીઓ અને રાજનિતિજ્ઞો માનવ અધિકારો વિષયક જાગૃતિ ફેલાવવાનું તથા તે પ્રાપ્ય બનાવવાની શોશિષ કરી રહ્યા છે પૃથ્વીવાસી તમામ વ્યક્તિઓને આ અધિકારો મૂળભૂત રીતે વિશેષ અધિકાર અર્પે છે તથા તે માટે કોઈ જ્ઞાતિ, ધર્મ, વંશ, દેશ, કે રાષ્ટ્રીયતાની મર્યાદા નથી માનવ અધિકારનો ખ્યાલ તેની વ્યાખ્યા પરથી સારી રીતે સ્પષ્ટ થશે

'એવા અધિકારો જે આપણી પ્રકૃતિમાં જ રહેલા છે અને જેના વિના આપણે એક માનવી તરીકેનું જીવન જીવી શકીએ નહિ. માનવ અધિકારો અને મૂળભૂત સ્વતંત્રતાઓ આપણને આપણા માનવીય ગુણો, આપણી બુદ્ધિ, આપણી ક્ષમતાઓ અને આપણી વિવેકશક્તિના સંપૂર્ણ વિકાસ અને ઉપયોગની તક પુરી પાડે છે અને સાથે જ આપણી આધ્યાત્મિક અને અન્ય જરૂરિયાતો સંતોષે છે.

આમ માનવ અધિકારો માત્ર રાજકીય આદર્શો પુરતા જ સીમીત નથી જેમાં લોકશાહી ઢબે ચૂંટણી, ધર્મ, અને ભાષાની અભિવ્યક્તિનું સ્વાતંત્ર્ય હોય પરંતુ તેમાં આ ઉપરાંત પુરતી આરોગ્ય સંભાળ, માનવગૌરવ, વિકાસની તકો, લૈંગિક સમાનતા જેવા માનવજીવનની ગુણવત્તાના પાસાઓનો પણ સમાવેશ થઈ શકે.

વિશ્વવ્યાપીતા અને અવિભાજ્યતા :-

માનવ અધિકારોના અભ્યાસ અને તે વિષયક કાર્ય કરતા પહેલા સામાજિક કાર્યકરે માનવ અધિકારો વિષયક પાયાના બે ખ્યાલો (૧) વિશ્વવ્યાપીતા અને (૨) અવિભાજ્યતા .

સમજવાની જરૂર છે. વિશ્વવ્યાપીતા અર્થાત માનવઅધિકારોની પ્રાપ્તિ એ માત્ર એક દેશ પુરતું જ સીમીત નથી. વ્યક્તિ સમગ્ર વિશ્વમાં જ્યાં પણ હોય - નિવાસ કરતો હોય ત્યાં તેને માનવઅધિકારો પ્રાપ્ત થવા જોઈએ. ભોજન, આવાસ, કપડાં, આરોગ્ય અને પોષણ રાષ્ટ્રની સ્થિતિ કે સંસાધનોને ધ્યાને લીધા વિના આ જરૂરિયાતો પુરી પાડવાની જવાબદારી જે તે રાજ્યની છે.

Indivisibility:- અવિભાજ્યતા અર્થાત વ્યક્તિ અને સરકારે તમામ માનવ અધિકારોને માન્ય રાખવાના છે. એક અધિકારના ભોગે બીજા અધિકારને માન્ય કે પસંદગી કરી શકાય નહિ. તેવી જ રીતે એક વ્યક્તિના અધિકારો છીનવીને બીજાને આપી શકાય નહિ.

માનવ અધિકારોની વૈશ્વિક ઘોષણા એ બહુ મોટો કાયદાકીય દસ્તાવેજ નથી તેમાં માત્ર આમુખ અને તે સંબંધિત ત્રીસ જેટલા અનુચ્છેદજ છે તેની ભાષા કાયદાકીય છે સામાજિક કાર્યકરોને તેના અર્થઘટનમાં મુશ્કેલી પડી શકે આમ છતાં તેમના વ્યવસાયના સંદર્ભમાં કાયદાકીય નિયમન નડતર રૂપ બની શકે નહીં માનવ અધિકારનું ક્ષેત્ર કાયદા આધારિત છે જેમાં સમાજકાર્યના અનેક આદર્શો વણી લેવામાં આવ્યા છે.

૧. માનવ અધિકારોની વૈશ્વિક ઘોષણા અને તેનું આમુખ

માનવ સમુદાયના તમામ સભ્યોમાં અન્તર્નિહિત આત્મ ગૌરવ અને સમાન તથા અવિભાજ્ય એવા માનવ અધિકારોની માન્યતા એ વિશ્વમાં સ્વતંત્રતા, ન્યાય અને શાંતિનો પાયો છે

જ્યારે પણ માનવ અધિકારોની અવગણના કે તિરસ્કાર કરવામાં આવ્યો છે ત્યારે તે દુરતમાં પરિણમ્યો છે જેણે માનવસદ્ભાવના પર જૂલમ આચર્યો છે ત્યારે એક એવા વિશ્વનું સર્જન કરવામાં આવ્યું જ્યાં માનવી વિચાર, વાણી અને અભિવ્યક્તિ અને માન્યતાનો આનંદ ઉઠાવી શકે તથા તે ભયથી મુક્ત હોય આ બાબતો જે સામાન્ય માનવીની મહત્વકાંક્ષા ઘોષિત કરે છે

સાથે સાથે એ પણ જરૂરી છે કે જૂલમ અને અત્યાચાર થી મુક્તિ માટે માનવીને બળવો કરવાની ફરજ ન પડે આથી

* Co-Ordi., Shree Maruti Vidhyamandir P.G. Center of M.Phil., Bhavnagar

માનવ અધિકારોનું રક્ષણ કાયદાથી થવું જોઈએ આ અધિકારોના રક્ષણ માટે રાષ્ટ્રો વચ્ચે મૈત્રિપૂર્ણ સંબંધોના વિકાસને પ્રોત્સાહન આપવું જરૂરી છે

સંયુક્ત રાષ્ટ્રસંઘના સભ્યો આ ચાર્ટરમાં મૂળભૂત માનવ અધિકારોમાં આત્મગૌરવ અને વ્યક્તિના મૂલ્યમાં, સ્ત્રી અને પુરૂષના સમાન અધિકારોમાં અને નિશ્ચયપૂર્વક સામાજિક પ્રગતિ અને વધુસારા જીવન ધોરણો ની વિસ્તૃત મુક્તિ માટે પુનઃ ખાત્રીનો વિશ્વાસ ધરાવે છે.

તમામ સભ્ય રાષ્ટ્રોએ મૂળભૂત સ્વતંત્રતાઓ અને માનવ અધિકારોના નિરીક્ષણ અને વૈશ્વિક આદરને આગળ ધપાવવા માટે સંયુક્ત રાષ્ટ્રસંઘ સાથે સ્વેચ્છાએ સહકાર સાધવા વચને બંધાવું પડશે.

આ વચન બધ્ધતાને સાકાર કરવા માટે આ સ્વતંત્રતાઓ અને અધિકારો વિષયક પરસ્પર સામાન્ય સમજણ હોવી અત્યંત આવશ્યક છે.

આથી હવે પછી સામાન્ય સભા તમામ નાગરીકો અને તમામ રાષ્ટ્રોને સામાન્ય ધોરણો તરીકે આ માનવ અધિકારો પ્રાપ્ત કરવા માટે વૈશ્વિક ધોષણ કરે છે દરેક વ્યક્તિ અને સમાજના દરેક અંગોએ સાતત્યપૂર્ણ આ ધોષણ યાદ રાખવી જોઈએ આ અધિકારો અને સ્વતંત્રતાઓ પ્રત્યે આદર કેળવવા શિક્ષણ અને આંતરરાષ્ટ્રીય સ્તરે પ્રયાસ કરવો જોઈએ તેની વૈશ્વિક પ્રાપ્તિ સુનિશ્ચિત કરવા કે વૈશ્વિક માન્યતા માટે સભ્યરાષ્ટ્રોની પ્રજાએ પોતાની હકુમતના પ્રદેશમાં તેનું નિરીક્ષણ કરવું જોઈએ

Articles of the universal declaration -
વૈશ્વિક ધોષણ ના અનુચ્છેદો :

અનુચ્છેદ : ૧ દરેક વ્યક્તિ સમાન ગૌરવ અને અધિકારો સાથે જન્મે છે તેઓ તર્કસંગત અને વિવેકપૂર્ણ હોય છે અને તેમણે એકબીજા પ્રત્યે ભાઈચારાની ભાવના યુક્ત વર્તન કરવું જોઈએ

અનુચ્છેદ : ૨ વંશ, રંગ, જાતિ, ભાષ, ધર્મ, રાજકીય કે અન્ય મત રાષ્ટ્રીય કે સામાજિક મૂળ, સંપત્તિ, જન્મ કે અન્ય દરજ્જાના ભેદભાવ વિના અહીં જાહેર કરેલા આ તમામ અધિકારો અને સ્વતંત્રતાઓ દરેક વ્યક્તિને પ્રાપ્ય કરાવવામાં આવ્યા છે વધારામાં વ્યક્તિ જે રાષ્ટ્રનો હોય તે રાષ્ટ્રના રાજકીય, ન્યાયીક કે વ્યક્તિ જે દેશનો હોય તે દેશ કે પ્રદેશના દરજ્જાને આધારે કોઈ ભેદભાવ રાખવામાં નહિ આવે પછી ભલે તે સ્વતંત્ર વ્યક્તિ હોય, ટ્રસ્ટ હોય, બિનસ્વાયત શાષિત કે કોઈ સાર્વભૌમિક મર્યાદામાં હોય

અનુચ્છેદ : ૩ દરેકને જીવન, સ્વતંત્રતા અને સુરક્ષાનો અધિકાર છે.

અનુચ્છેદ : ૪ કોઈને પણ ગુલામી કે ગુલામીપણામાં રાખી

શકાશે નહિ, દરેક પ્રકારની ગુલામી અને ગુલામોના વેપાર પર પ્રતિબંધ મૂકવામાં આવે છે.

અનુચ્છેદ : ૫ કોઈપણ વ્યક્તિ પર ત્રાસ કે ક્રુરતા ગુજારવા નહિ, આવે કે અમાનવીય કે આત્મગૌરવને હિણયત પહોંચે તેવી સજા કરવામાં નહિ આવે.

અનુચ્છેદ : ૬ દરેક વ્યક્તિને વ્યક્તિ તરીકે કોઈપણ જગ્યાએ કાયદા સમક્ષ આવવાનો હકક છે

અનુચ્છેદ : ૭ દરેક વ્યક્તિ કાયદા સમક્ષ સમાન છે અને કોઈપણ જાતના ભેદભાવ વિના કાયદાનું સમાન રક્ષણ આપવામાં આવશે. આ ધોષણના ઉલ્લંઘન કે આવા ભેદભાવ માટે ઉશ્કેરણી કરનાર સામે તમામને સમાનપણે રક્ષણ પુરૂ પડવામાં આવશે.

અનુચ્છેદ : ૮ બંધારણ કે કાયદા દ્વારા આ મૂળભૂત અધિકારો ઉપલબ્ધ કરવામાં આવશે તથા સક્ષમ ન્યાયતંત્ર દ્વારા તેના ઉલ્લંઘન સામે અસરકારક ઉપચાર (રક્ષણ) નો દરેકને હક છે

અનુચ્છેદ : ૯ કોઈપણ વ્યક્તિને આપખુદ પણે ધરપકડ, અટકાયત કે દેશનિકાલ કરી શકશે નહિ.

અનુચ્છેદ : ૧૦ દરેકને પોતાના હકો અને ફરજોના નિરાકરણ અને તેના પર મુકાયેલ અન્ય આરોપ વખતે સંપૂર્ણસમાનતા અને વ્યાજબીપણે સ્વતંત્ર તથા નિષ્પક્ષ ન્યાયતંત્ર સમક્ષ હાજર થવાનો હક છે.

અનુચ્છેદ : ૧૧ (૧) આરોપ મુકાયેલ દરેક વ્યક્તિને કાયદા મુજબનો ગુનો પુરવાર ન થાય ત્યાં સુધી નિર્દોષ ગણવાનો હકક છે તથા જે જગ્યાએ કેસ ચાલતો હોય ત્યાં તેને (આરોપી)ને પોતાના સ્વ બચાવ માટે જરૂરી હકો સુનિશ્ચિત કરાવવામાં આવશે.

અનુચ્છેદ : ૧૧ (૨) કોઈપણ વ્યક્તિને તેના પર જે આરોપ મુકાયો છે તે ગુનો જે સમયે કર્યો હોય તે વખતે જે તે રાષ્ટ્રીય કે આંતરરાષ્ટ્રીય કાયદો હશે તેજ લાગુ પડશે રદ થયેલ કે ત્યારબાદના કાનુનો મુજબ સજા થઈ શકશે નહિ. વળી જ્યારે કૃત્ય થયું હોય અને જે કૃત્ય થયું હોય તે માટેની જે જોગવાઈ હોય તેના કરતા વધુ સજા થઈ શકશે નહિ.

અનુચ્છેદ : ૧૨ આપખુદ પણે કોઈપણ વ્યક્તિના અંગત જીવન, પરિવાર કે વ્યવહાર બાબતે દખલ થઈ શકશે નહિ, વળી તેના માન અને મોભા પર આક્રમણ કરી શકશે નહિ આવા આક્રમણ કે દરમ્યાન ગીરી સામે કાયદાનું રક્ષણ મેળવવાનો દરેકને હક છે.

અનુચ્છેદ : ૧૩ (૧) દરેક વ્યક્તિને પોતાના રાષ્ટ્રની સીમામા વસવાટ કરવા અને મૂક્તપણે હરવા-ફરવાનો હકક છે

અનુચ્છેદ : ૧૩ (૨) દરેક વ્યક્તિને પોતાના દેશ સહિત

કોઈપણ દેશ છોડવાનો તથા પોતાના દેશમાં પરત આવવાનો હક છે.

અનુચ્છેદ ૧૪ (૧) જૂલમ સામે આશ્રય મેળવવા અન્ય દેશમાં વસવાટ મેળવવાનો હક દરેકને છે.

અનુચ્છેદ : ૧૪ (૨) આ અધિકાર બિનરાજકીય અને સંયુક્ત રાષ્ટ્રસંઘના હેતુઓ અને સિધ્ધાંતોથી વિરૂધ્ધ જાય ત્યારે અમલીકૃત બનશે નહિ.

અનુચ્છેદ : ૧૫ (૧) દરેકને રાષ્ટ્રીયતા (નાગરીકત્વ) મેળવવાનો હક છે.

અનુચ્છેદ : ૧૫ (૨) આપખુદ પણ કોઈની રાષ્ટ્રીયતાથી વંચિત કરી શકાશે નહિ કે કોઈને રાષ્ટ્રીયતા બદલવાના હકથી વંચિત કરી શકાશે નહિ કે કોઈને રાષ્ટ્રીયતા બદલવાના હકથી વંચિત કરી શકાશે નહિ.

અનુચ્છેદ : ૧૬ (૧) પુખ્ત વયના સ્ત્રી-પુરૂષને જાતિ, ધર્મ, રાષ્ટ્રીયતા વંશ, જેવી કોઈપણ મર્યાદા વિના લગ્ન કરવાનો અને પરિવારનો સ્થાપના કરવાનો હક છે દરેકને સમાનપણે લગ્ન કરવાનો તે ટકાવી રાખવાનો તથા રદ કરવાનો હક છે.

અનુચ્છેદ : ૧૬ (૨) લગ્નઈચ્છુક દંપતિને પૂર્ણ અને મૂકિત સંમતિ જ લગ્નમાં પરિણમશે.

અનુચ્છેદ : ૧૬ (૩) કુટુંબ એ સમાજનો કુદરતી અને મૂળભૂત એકમ છે અને જેને સમાજ તથા રાજ્ય દ્વારા રક્ષણ અપાયેલું છે.

અનુચ્છેદ : ૧૭ (૧) દરેક વ્યક્તિગત એકલા અથવા અન્ય સાથે જોડાણ (સમુહ) માં સંપત્તિ ધરાવવાનો હક છે.

અનુચ્છેદ : ૧૭ (૨) આપખુદ પણ કોઈને પણ સંપત્તિથી વંચિત કરી શકાશે નહિ.

અનુચ્છેદ : ૧૮ દરેકને વિચાર ધરાવવાનો, પોતાની વિવેકશક્તિનો અને ધર્મની સ્વતંત્રતાનો હક છે આ હકમાં પોતાની માન્યતા કે ધર્મમાં પરિવર્તનકરણનો અને કાંતો એકલા અથવા સમુદાયમાં અન્યો સાથે જાહેર કે ખાનગીમાં પોતાના ધર્મ કે માન્યતા જાહેર કરવાનો તેના શિક્ષણ અને આચરણ, પૂજા તથા તેના પાલનનો હક છે.

અનુચ્છેદ : ૧૯ દરેકને મત અને અભિવ્યક્તિની સ્વતંત્રતાનો હક છે આ અધિકારમાં બીજાની દબલગીરી સિવાય મત જાળવી રાખવાનો અને સીમાઓના બંધન વિના કોઈપણ માધ્યમ વડે વિચારો અને માહિતી શોધવાનો અને પ્રાપ્ત કરવાના હકનો સમાવેશ થાય છે.

અનુચ્છેદ : ૨૦ (૧) દરેકને શાંતિથી મૂકતપણે ભેગા થવાનો અને સંઘ રચવાનો હક છે.

અનુચ્છેદ : ૨૦ (૨) કોઈને પણ કોઈ એક સંઘમાં જોડાવાની ફરજ પાડી શકાશે નહિ.

અનુચ્છેદ : ૨૧ (૧) પ્રત્યક્ષ કે ચૂંટેલા પ્રતિનિધિઓ દ્વારા દરેકને પોતાના દેશની સરકારમાં ભાગ લેવાનો હક છે.

અનુચ્છેદ : ૨૧ (૨) દરેકને પોતાના દેશની જાહેર સેવા પ્રાપ્ત કરવાનો હક છે.

અનુચ્છેદ : ૨૧ (૩) લોકોની ઈચ્છા સરકારની સત્તાનો આધાર હશે આ ઈચ્છા સમયાંતરે મુક્તપણે યોજાતી ચૂંટણી દ્વારા વ્યક્ત થશે જે સર્વત્ર સમાન મતાધિકાર દ્વારા હશે અને તે ગુપ્ત મતદાન અથવા મુક્ત અને સમાન મતની પ્રક્રિયા દ્વારા થશે.

અનુચ્છેદ : ૨૨ સમાજના સભ્ય તરીકે તમામને સામાજિક સુરક્ષાનો હક છે આ હક દરેક રાજ્યની સંસ્થાઓ અને સંસાધનો પ્રમાણે રાષ્ટ્રીય પ્રયત્નો અને આંતરરાષ્ટ્રીય સહકારથી પ્રાપ્ત થશે આ આર્થિક સામાજિક અને સાંસ્કૃતિક અધિકારો તેમના ગૌરવ અને મૂકત વ્યક્તિત્વ વિકાસ માટે અનિવાર્ય છે.

અનુચ્છેદ : ૨૩ (૧) દરેકને કામ કરવાનો, મૂકતપણે રોજગાર પસંદ કરવાનો, કાર્યની ન્યાયીક અને અનુકુળ પરિસ્થિતિનો અને બેરોજગારી સામે રક્ષણને હક છે.

અનુચ્છેદ : ૨૩ (૨) કોઈપણ પ્રકારના ભેદભાવ વિના તમામને સમાન કામ કરવા માટે સમાન વળતર મેળવવાનો હક છે.

અનુચ્છેદ : ૨૩ (૩) દરેક વ્યક્તિ જે કામ કરે છે તેને ન્યાયીક અને સાનુકુળ વળતર મેળવવાનો હક છે જે તેના ખુદ તથા તેના પરિવારના માનવ ગૌરવના મૂલ્યને ટકાવી રાખે તેની ખાત્રી થાય તેટલું હોય અને જરૂર જણાય તો સામાજિક સુરક્ષાના અન્યો ઉપાયો દ્વારા તેના પૂર્તિ કરવામાં આવશે.

અનુચ્છેદ : ૨૩ (૪) પોતાના હકોની જાળવણી માટે દરેકને મજૂરસંઘના સભ્ય થવાનો હક કે મજૂરસંઘ રચવાનો હક છે.

અનુચ્છેદ : ૨૪ દરેકને આરામ અને નવરાશ મેળવવાનો હક છે જેમાં વ્યાજબી મર્યાદામાં કામના કલાકો અને સમયાંતરે પગાર સહિતની રજાઓનો સમાવેશ થાય છે.

અનુચ્છેદ : ૨૫ દરેકને પોતાના અને પોતાના પરિવાર માટે આરોગ્ય અને સારા જીવન માટે યોગ્ય ધારાધોરણો મુજબ ગુણવત્તાયુક્ત જીવનધોરણો પ્રાપ્ત કરવાનો હક છે જેમાં ખોરાક, કપડા, આવાસ, અને સ્વાસ્થ્ય સંભાળ તથા જરૂરી સામાજિક સેવાઓનો સમાવેશ થાય છે સાથે જ બેરોજગારી, બિમારી, અપંગતા, વિધુરતા, વૃધ્ધાવસ્થા અને તેના નિયંત્રણ બહારના અન્ય સંજોગોમાં આજીવિકાની ઉણપ સામે સામાજિક સુરક્ષા પ્રાપ્ત કરવાનો હક છે.

અનુચ્છેદ : ૨૫ (૨) માતૃત્વ અને બાળપણને ખાસ

સંભાળ અને સહાય પુરી પાડવામાં આવશે લગ્ન કે લગ્ન બહારના સંબંધોથી જન્મેલ દરેક બાળક સમાન સામાજિક સુરક્ષા અનુભવી શકશે.

અનુચ્છેદ : ૨૬ (૧) દરેકને શિક્ષણ મેળવવાનો હક છે શિક્ષણ મફત હશે, કમસેકમ મૂળભૂત અને પ્રાથમિક તબક્કે, પ્રાથમિક શિક્ષણ ફરજિયાત હશે, ટેકનિકલ અને વ્યવસાયિક શિક્ષણ ઉપલબ્ધ કરાવાશે અને મેરીટના આધારે ઉચ્ચશિક્ષણ સમાન રીતે તમામ માટે ઉપલબ્ધ કરાવાશે.

અનુચ્છેદ : ૨૬ (૨) શિક્ષણ સંપૂર્ણ વ્યક્તિત્વ વિકસાવે તથા માનવ અધિકારો અને મૂળભૂત સ્વતંત્રતાઓ પ્રત્યેના આદરને વધુ મજબૂત બનાવે તે સાથે નિર્દેશિત કરશે તે તમામ રાષ્ટ્રો, જાતિઓ, વંશીય કે ધાર્મિક જૂથો વચ્ચે પરસ્પર સમજ, સહિષ્ણુતા અને મિત્રતાને પ્રોત્સાહિત કરશે અને શાંતિની જાળવણી માટે સંયુક્ત રાષ્ટ્રસંઘની પ્રવૃત્તિઓને મજબૂત બનાવશે.

અનુચ્છેદ : ૨૬ (૩) પોતાના બાળકો માટે શિક્ષણનો પ્રકાર પસંદ કરવાનો દરેક માતાપિતાને હક છે.

અનુચ્છેદ : ૨૭ (૧) દરેકને પોતાના સમુદાયના સાંસ્કૃતિક જીવનમાં ભાગ લેવાનો, કલાનો આનંદ માણવાનો વૈજ્ઞાનિક પ્રગતિની આપલે અને તેનો લાભ લેવાનો હક છે.

અનુચ્છેદ : ૨૭ (૨) દરેકને પોતાના રચેલા વૈજ્ઞાનિક સાહિત્યિક, અને કલાત્મક ઉત્પાદન દ્વારા મળેલા નૈતિક અને ભૌતિક હિતોના રક્ષણનો હક છે.

અનુચ્છેદ : ૨૮ આ ઘોષણા દ્વારા જાહેર કરાયેલા હકો અને સ્વતંત્રતાઓ તમામ લોકો અનુભવી શકે તેવી સામાજિક અને આંતરરાષ્ટ્રીય વ્યવસ્થા પ્રાપ્ત કરવાનો દરેકને હક છે.

અનુચ્છેદ : ૨૮ (૧) દરેકને સામુદાયિક ફરજો રહેલી છે જેમાં તેના સંપૂર્ણ અને મૂક્ત વ્યક્તિત્વનો વિકાસ શક્ય બને છે.

અનુચ્છેદ : ૨૮ (૨) આ હકો અને સ્વતંત્રતાઓ ઉપર ત્યારેજ નિયંત્રણ મૂકી શકાશે કે જ્યારે બીજાઓના હક અને સ્વતંત્રતાઓ ના આદર અને અમલીકરણ ના હેતુઓ

સુનિશ્ચિત કરવા, નૈતિક જરૂરિયાતોની પ્રાપ્તિ માટે, જાહેર વ્યવસ્થા અને લોકશાહી સમાજ વ્યવસ્થામાં સામાન્ય કલ્યાણની પ્રાપ્તિ માટે.

અનુચ્છેદ : ૨૮ (૩) યુનોના ઉદ્દેશ્યો અને સિધ્ધાંતોની વિરૂધ્ધ હોય ત્યારે આ હકો અને સ્વતંત્રતાઓ અમલીકૃત થઈ શકશે નહિ.

અનુચ્છેદ : ૩૦ આ ઘોષણાપત્ર માં એવો કોઈ સુચિત અર્થ નથી નિકળતો જે કોઈ રાજ્ય, જૂથ કે વ્યક્તિને અહીં જાહેરકરાયેલ હકો અને સ્વતંત્રતાઓ માટે નુકસાનકર્તા હોય તેવા કૃત્ય કે પ્રવૃત્તિમાં જોડાવાની છુટ કે હક આપે.

સમાજકાર્યના સંદર્ભમાં માનવ અધિકારોનું મહત્વ : માનવ અધિકારોની વૈશ્વિક ઘોષણા વડે તમામ લોકોને અસંખ્ય હકો અને સ્વતંત્રતાઓ આપવામાં આવે છે. કોઈપણ વ્યક્તિ પછી ભલે તે આ વિશ્વમાં ગમે ત્યાં રહેતો હોય, ગમે તે કુળ, વંશ, ધર્મ, સંપ્રદાય કે વ્યવસાયમાં હોય તમામને આ હકો—સ્વતંત્રતાઓ કોઈપણ જાતના ભેદભાવ વિના ઉપલબ્ધ કરવાઈ છે પરંતુ આ અધિકારોનો વ્યવહારમાં અમલીકરણ તથા સમાજના તમામ લોકો સુધી આ હકો—સ્વતંત્રતાઓ પ્રાપ્ત કરાવવા એ મોટો પડકાર છે સમાજકાર્યના મૂળભૂત સિધ્ધાંતો અને નૈતિક નિયમો (Code of ethics) પણ આ હકો તથા સ્વતંત્રતાઓને મળતા આવે છે.

માનવ અધિકારો સામાજિક કાર્યકરને દરેક તબક્કે માર્ગદર્શક બની શકે છે માનવ હકોનો ખ્યાલ જરૂરિયાત મંદ લોકોની જરૂરિયાતો અને કલ્યાણ સેવાઓની આપૂર્તિને દયા કે ફરજ કરતા તેના અધિકાર અને સશક્તિકરણ પર ભાર મૂકે છે. માનવ હકોમાં સ્ત્રીઓ, બાળકો, વૃદ્ધો, મજૂરો, ખેડુતો, વૈજ્ઞાનિકો, કલાકારો, સંસ્કૃતિ અને સમાજ એમ તમામના રક્ષણ, વિકાસ અને સુરક્ષાના હકો સુનિશ્ચિત કરાવવામાં આવ્યા છે તેની આંતરરાષ્ટ્રીય માન્યતા તેને અનન્ય મજબૂતાઈ અને પીઠબળ પુરુ પાડે છે.



*Jigneshkumar V. Panchal

MANAGEMENT

Research Zone India

Vol :- 7

Issue :- (4)

Sept :- 2019 Page - 32 - 36

ISSN :- 2319 - 8168

CONSUMER BEHAVIOUR TOWARDS ONLINE SHOPPING : A STUDY OF BHAVNAGAR DISTRICT IN GUJARAT

Online shopping has completely changed the retail industry by providing customers with unparalleled accessibility and convenience. The subject of consumer behaviour towards online shopping is one that is changing quickly due to the ease of e-commerce platforms, changing preferences, new trends, and technological advancements. This study is to analyse the consumer behaviour towards online purchase in Bhavnagar district of Gujarat. 100 respondents have been selected for data collection. The results indicates that online shopping is very popular among young generation and motivated due to multiple reasons such as convenience and availability, time saving, price and offer, return policy, wider product selection, shipping cost and customers review & rating towards online purchase.

Key words: online shopping, , consumer, customer behavior,e-commerce.

1.Introduction

In recent years, online commerce has grown to be a significant force in the global economy, drastically changing how consumers interact with businesses and make purchasing decisions. Internet shopping has revolutionized the retail scene globally by enabling customers to access goods and services from the comfort of their homes. The integration of digital technology with business has created a new dimension in purchasing, offering convenience, personalized experiences, and a multitude of choices. Because of the rapid use of internet technology and the pervasive usage of smart phones, e-commerce platforms have made purchasing more economical, easy, and customized. Another crucial aspect of modern consumer behavior is online buying. Customer behaviour has changed as a result of this shift. Among the unique features that distinguish online retailing from conventional shopping experiences are the capacity to customize offerings through the use of cutting-edge technologies such as artificial intelligence (AI), augmented reality (AR), and mobile commerce (m-commerce), as well as the impact of social proof through reviews and ratings. These factors have a significant impact on consumer decision-making, resulting in trends like impulsive buying, platform loyalty, a need for

convenience, and increasingly complex and personalized shopping experiences.

2.Industry Profile

The practice of consumers shopping online is known as online shopping. Online purchasing is acceptable to those who find it user-friendly, practical, and entertaining. Online purchasing has grown significantly in recent years because of its distinct benefits for customers and retailers, such having 24/7 shopping options, reducing travel expenses, expanding the market region, and providing a large selection of goods. The practice of consumers shopping online is known as online shopping. Online shopping is popular not just in cities but also in rural areas. Consumers buy varieties of products from online store such as books, garments, footwear, beauty products, furniture, household appliances, toy, gift cards, etc. Now a days, Consumers buy online through Snapdeal, Amazon, Flipcart, Meesho, AJIO, Market 99 store, Myntra, Shopclues, Tata CLiQ, ebay etc.

3. About Consumer Behaviour

Consumer behavior is the study of how individuals, groups, and organizations make decisions about what to buy, use, and dispose of products and services, and how these decisions are influenced by various factors. It explores the social and

* Asst.Prof.L.R.Valiya Arts &P.R.Mehta Com.College,Bhavnagar

psychological factors that influence consumer decisions in an effort to determine the “why” behind purchases. Businesses need to know this information in order to create marketing plans that work, comprehend client wants, and adjust their products accordingly.

4.Review of Literature

1. Mridulesh Singh & Ankitkumar Katiyar(2018),

conducted a study on Consumer buying behaviour towards online shopping- A study of literature review. The objective was the study to know the kind of goods purchased online and perception of customers towards online shopping and it's based on the secondary data.

2.Mohammad Hossein Moshref Javadi .et.al,(2012) ,

conducted a study on an analysis of factors affecting on Online shopping behaviour of Consumers. The purpose of the study to analysis factors affecting online shopping behaviour of consumers in Iran. It was identified that financial risks and non-delivery risk negatively affects attitude towards online shopping.

3.Upasana Kanchan, Naveen Kumar & Abhishek Gupta(2015),

conducted a study on online purchase behaviour of consumers in India. The study conducted on 200 respondents, to know about purpose of using internet , to know most pupolar category of items purchased online and impact of demographic characterstics on online purchase. It was found that demographic characterstics such as gender, education, age, security concern, technology familiarity and past online frequency affects online purchase and also found that due to return refund and delivery services related to online purchase.

5.Statement of the problem

Understanding and adapting to changing consumer behavior and preferences is a major challenge in online buying. Convenience & availability, wider product selections, time, return policy and price/offer, Shipping cost & Delivery time and product reviews & ratings are some of the reasons that affect consumers' decisions between online and physical retail. To increase customer satisfaction and promote repeat business, businesses must examine and concentrate on it.

6.Objective of the study

The research objectives of the study with respect to online shopping are as under:

- To know the awareness of consumers towards online shopping.
- To study the reasons that motivate the consumers towards online shopping.

7.Research Methodology

Sampling unit	: Respondents from Bhavnagar city.
Sample size	: 100 respondents
Sampling method	: Non probability convenience sampling method
Sources of data	: Primary & Secondary (Primary data collected through respondents & secondary data collected through books, websites , etc.)
Data collection method	: Survey
Data collection tool	: Questionnaire
Research design	: Descriptive research design

8. Limitations

- 1.The sampling done in this study was non- random sampling due to time and cost constraints. Consequently, it is not possible to extrapolate the findings to the entire population.
2. Questionnaire was in English, which not all customers may be familiar with, there may have been bias in the responses provided by customers.

9. Data Analysis & Interpretation

Profile of the respondents			
Variables		Total No. of respondents	Percentage (%)
Gender	Male	70	70
	Female	30	30
	Total	100	100
Age	Below 18 years	08	08
	18-25 Years	24	24
	26-35 Years	22	22
	36-45 Years	21	21
	46-55 Years	18	18
	55-62 Years	06	06
	Above 62 Years	01	01

Educational Qualification	Up to S.S.C	08	08
	Up to H.S.C	24	24
	Graduate	52	52
	Post Graduate	16	16
Occupation	Students	12	12
	Salaried	44	44
	Businessman	23	23
	Professional	07	07
	Housewife	14	14
Annual Family Income	Below Rs. 1 Lac	02	02
	Rs.100000 To 199999	17	17
	Rs.200000 To 299999	31	31
	Rs.300000 To 499999	41	41
	Rs.500000 To 699999	07	07
	Rs.700000 To 899999	01	01
	Rs.900000 & above	01	01

Awareness about online shopping

Sr.No.	Gender	No. of Respondents(%)
1.	Male	70
2.	Female	30

Inference:

It is clear from the above table that all male & female respondents are fully aware about Internet shopping.

Time spents for surfing the Internet

Sr.No.	Time spents (Hours)	No. of Respondents (%)
1.	0-2 Hours	71
2.	3-5 Hours	28
3.	6-8 Hours	01
4.	9-11 Hours	00
5.	Above 11 Hours	00

Inference:

It is clear from the above table that majority of the respondents spent 0-2 hours for surfing the Internet when 28% of the respondents spent 3-5 hours for surfing the Internet and only 1% of the respondents spent 6-8 hours for surfing the Internet. So, it is concluded that majority of the responded using internet for buying products and Internet is causing to influence the consumer behaviour towards online shopping.

Recommending others for online shopping

Sr. No.	Particulars	N	Strongly disagree	Disagree	Neutral	Agree	Strongly Agree
1.	Recommending others for online shopping	100	02	01	00	46	51
2.	Respect & admire others purchase online	100	04	06	04	42	44

Inference:

It is clear from the table that, majority of the respondents i.e. 51% & 44% of the respondents strongly agree that they recommending others for online shopping and respect & admire others who purchase online accordingly.

Reasons wise data analysis

Sr. No.	Reasons for buying online	N	Strongly disagree	Disagree	Neutral	Agree	Strongly Agree
1.	Convenience & availability	100	08	25	02	19	46
2.	Wider product selection	100	16	21	10	31	11
3.	Time saving	100	02	04	01	27	66
4.	Return policy	100	10	34	06	08	42
5.	Price & offers	100	01	00	01	26	72
6.	Shipping cost & Delivery time	100	04	05	01	21	69
7.	Product reviews & ratings	100	02	03	06	51	38

Inference:

Convenience & availability: It is clear from the above table that majority of the respondents i.e. 46% of the respondents strongly agree that they purchase online due to convenience & easy availability.

Wider product selection: It is clear from the above table that majority of the respondents i.e. 31% of the respondents told that they purchase online due to wider product selection and variety.

Time saving: It is clear from the above table that majority of the respondents i.e. 66% of the respondents strongly agree that they purchase online due to time saving.

Return policy: It is clear from the above table that majority of the respondents i.e. 42% of the respondents strongly agree that they purchase online due to return policy

Price & offers: It is clear from the above table that majority of the respondents i.e. 72% of the respondents strongly agree that they purchase online due to price and offers.

Shipping cost & Delivery time: It is clear from the above table that majority of the respondents i.e. 69% of the respondents strongly agree that they purchase online due to free shipping and less delivery time.

Product reviews & ratings: It is clear from the above table that majority of the respondents i.e. 51% of the respondents agree that they purchase online due to product review & rating.

10.Findings

The findings of the research are presented below:

1. It was found that all respondents of Bhavnagar city are fully aware of the online shopping.
2. It was found that majority of the respondents spent 0-2 Hours for surfing the Internet for online shopping.
3. Majority of the respondents purchase online due to convenience and easily availability of products.
4. Majority of the respondents purchase online due to wider product selection.
5. Majority of the respondents purchase online due to time saving as compare traditional shopping.
6. Majority of the respondents purchase online due to products return policy.
7. Majority of the respondents purchase online due to less price and availability of offers/discount schemes .
8. Majority of the respondents purchase online due to shipping cost and fast delivery of products.
9. Majority of respondents purchase online due to product reviews & ratings by others.

12. References

Books/Journal:

1. Cooper, D., Schindler, R., Pamela. S (2003), *Business Research*, Tata McGraw- Hill, New Delhi
2. Keller, K. L. (2004), *Strategic Brand Management*, Pearson, New Delhi.
3. Nargundkar, R. (2005), *Marketing Research*, Tata McGraw-Hill, New Delhi.
4. Singh, Mridulesh. & Katiyar, Ankitkumar.(2018), consumer buying behaviour towards online shopping- A study of Literature Review, *Asian Journal of Management*, 2018:9(1):490-492, doi-10.5958/2321-5763.2018.00076.8
5. Javadi, Mohammad Hossein Moshref, Dolatabad, Hossein Rezaei, Nourbakhsh, Mojtaba, Poursaeedi, Amir, & Asadollahi, Ahmed Reza, (2012), An analysis of factors affecting on Online shopping behaviour of consumers, *International Journal of Marketing Studies*, Vol.-4, No.-5, ISSN- 1918-719X
6. Kanchan, Upasana. Naveen Kumar & Gupta, Abhishek. (2015), A study of online purchase behaviour of Customers in India, *ICTACT journal on Management Studies*, Volume:01, Issue:03, ISSN:2395-1664(ONLINE), pp. 136-142

Websites:

7. https://en.wikipedia.org/wiki/Consumer_behaviour
8. <https://www.statista.com/topics/871/online-shopping/#statisticChapter>
9. https://en.wikipedia.org/wiki/Online_shopping
10. <https://www.junglescout.com/resources/articles/reasons-consumers-shop-online/>
11. <https://finicalholdings.com/blog/top-10-reasons-why-people-prefer-to-shop-online/>