

“સૌરાષ્ટ્ર વિસ્તારની વિદ્યાર્થીનીઓને શારીરિક ક્ષમતાના વિકાસ માટે આપેલી તાલીમ દ્વારા હીમોગ્લોબીન, કોલેસ્ટેરોલ તથા અન્ય શરીર શાસ્ત્રીય પાસાઓના પરિમાણોમાં થતા ફેરફારોનો અભ્યાસ.”

"A STUDY OF THE VARIATION IN HEMOGLOBIN, CHOLESTROL AND OTHER PHYSIOLOGICAL TRAITS BY TRAINING AMONG WOMEN STUDENT OF SAURASHTRA REGION FOR THE DEVELOPMENT OF THEIR PHYSICAL ABILITY"

:: પ્રસ્તુતકર્તા ::
નવિનચંદ્ર વી. કાનાણી

માર્ગદર્શક
ડૉ. એમ.પી. તાળા
પ્રિન્સીપાલ
કોમર્સ /બી.બી.એ. કોલેજ,
જૂનાગઢ.

શિક્ષણ વિદ્યાશાખા અંતર્ગત શારીરિક શિક્ષણ વિષયમાં પીએચ.ડી. ની પદવી માટે

પ્રસ્તુત : શોધ નિબંધ
સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી,
રાજકોટ

૨૦૧૦-૨૦૧૧

પ્રમાણપત્ર

આથી પ્રમાણિત કરવામાં આવે છે કે “સૌરાષ્ટ્ર વિસ્તારની વિદ્યાર્થીનીઓને શારીરિક ક્ષમતાના વિકાસ માટે આપેલી તાલીમ દ્વારા હીમોગ્લોબીન, કોલેસ્ટેરોલ તથા અન્ય શરીર શાસ્ત્રીય પાસાઓના પરિમાણોમાં થતા ફેરફારનો અભ્યાસ” શીર્ષક હેઠળ નવિનચંદ્ર વિ. કાનાણી દ્વારા મારા માર્ગદર્શન અને નિરીક્ષણ હેઠળ શારીરિક શિક્ષણમાં પીએચ.ડી. ની પદવી માટે આ સંશોધનકાર્ય થયેલ છે. આ સંશોધકાર્ય સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી, સંલગ્ન અમરેલી શહેરની કોલેજોની વિદ્યાર્થીનીઓ ઉપર કરવામાં આવેલ છે.

મારી જાણ મુજબ આ સંશોધન

૧. સંશોધકે જાતે કરેલ છે.
૨. સંશોધન કાર્ય સંતોષજનક રીતે પૂર્ણ કરેલ છે.
૩. વિશ્વવિદ્યાલયની પીએચ.ડી. ની પદવી માટેની જરૂરીયાત પૂરી પાડે છે.
૪. ભાષા અને માહિતી બંનેની દ્રષ્ટિએ પ્રમાણભૂત છે.

તારીખ :

(ડૉ. એમ.પી. તાળા)

માર્ગદર્શક

જાહેરનામું

આથી હું જાહેર કરું છું કે, “સૌરાષ્ટ્ર વિસ્તારની વિદ્યાર્થીનીઓને શારીરિક ક્ષમતાના વિકાસ માટે આપેલી તાલીમ દ્વારા હીમોગ્લોબીન, કોલેસ્ટેરોલ તથા અન્ય શરીર શાસ્ત્રીય પાસાઓના પરિમાણોમાં થતા ફેરફારોનો અભ્યાસ” શીર્ષક હેઠળ કરેલ સંશોધન મારું પોતાનું સંશોધનકાર્ય છે, જે મારા માર્ગદર્શક પ્રિ. ડૉ. એમ. પી. તાળાના નિરીક્ષણ અને માર્ગદર્શક હેઠળ કરેલ છે. અને તે સંશોધન પદવી સમિતિ દ્વારા મંજૂર થયેલ છે.

આ ઉપરાંત હું જાહેર કરું છું કે આ સંશોધનકાર્યનો કોઈપણ ભાગ કોઈ અન્ય પદવી માટે આ વિશ્વવિદ્યાલય અથવા અન્ય વિશ્વવિદ્યાલયમાં રજૂ કરેલ નથી.

(ડૉ. એમ. પી. તાળા)

માર્ગદર્શક

(નવિનચંદ્ર વિ. કાનાણી)

સંશોધક

અર્પણ.....

પ્રગતિના સોપાનમાં સદાય પ્રેરણા આપનાર,

પૂજ્ય માતા-પિતાને.....

જીવનમાં આગળ વધવા માટેના પથદર્શક એવા

ગુરુજનોને.....

જીવનના કાર્યોને સફળતા પૂર્વક પાર પાડવાની શક્તિ પૂરી પાડનાર,

બ્રહ્માંડનીએ અલૌકિક શક્તિને.....

શારીરિક શિક્ષણની ભાવિ પેઢીને....

સંશોધકની માહિતી

સંશોધકનું નામ : નવિનચંદ્ર વિ. કાનાણી
જન્મ તારીખ : ૧૦-ડીસેમ્બર-૧૯૭૯
જન્મ સ્થળ : અમરેલી (ગુજરાત)

શૈક્ષણિક યોગ્યતા:-

એચ.એસ.સી. શ્રી કમાણી ફોરવર્ડ હાઈસ્કૂલ, અમરેલી

બેચરલ ઓફ કોમર્સ, (સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી, રાજકોટ)

બેચરલ ઓફ ફીઝિકલ એજ્યુકેશન, (અમરાવતી યુનિવર્સિટી, યવતમલ)

માસ્ટર ઓફ ફીઝિકલ એજ્યુકેશન, (હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી, પાટણ)

એન.આઈ.એસ., જુડો સર્ટીફિકેટ કોર્સ (એન.એસ.એન.આઈ. એસ., પટીયાલા)

સી.સી.સી. ડો. બાબા સાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિ.-અમદાવાદ.

શૈક્ષણિક અને કોચીંગ અનુભવ:-

ટીચીંગ - શારીરિક શિક્ષણ વ્યાખ્યાતા એલ.ડી.ધાનાણી આર્ટ્સ કોલેજ, અમરેલી

કોચીંગ - સ્પોર્ટ્સ આથોરીટી ઓફ ગુજરાત, મહિલા સેલ્ફ ડીફેન્સ કોચ,

સબ કોચીંગ સેન્ટર, અમરેલી

સ્પર્ધા સંચાલન:-

- રાજ્ય શાળાકિય જુડો સ્પર્ધા, અમરેલી-૨૦૦૬
- રાજ્ય શાળાકિય બાળ જુડો સ્પર્ધા, ભાવનગર-૨૦૦૬
- સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી આંતર કોલેજ જુડો સ્પર્ધા, અમરેલી ૨૦૦૭ થી ૨૦૦૮
- સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી આંતર કોલેજ હોકી સ્પર્ધા, અમરેલી-૨૦૦૮
- ગુજરાત રાજ્ય સિનિયર જુડો સ્પર્ધા, અમરેલી-૨૦૦૮

રમત ગમત સિદ્ધિઓ:-

- શાળાકિય રાષ્ટ્ર કક્ષા જુડો સ્પર્ધામાં ગુજરાતની ટીમના સભ્ય, દિલ્હી, ૧૯૯૫-૯૬
- શાળાકિય રાષ્ટ્ર કક્ષા જુડો સ્પર્ધામાં ગુજરાતની ટીમના સભ્ય, હિસ્સાર, ૧૯૯૬-૯૭
- ઈન્ટર યુનિવર્સિટી જુડો ટુર્નામેન્ટમાં સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી ટીમના સભ્ય, ચંદીગઢ
- ૧૯૯૮-૯૯
- ઈન્ટર યુનિવર્સિટી જુડો ટુર્નામેન્ટમાં સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી ટીમના સભ્ય, ગુડગાવ
- ૨૦૦૦-૦૧
- ઈન્ટર યુનિવર્સિટી કુસ્તી ટુર્નામેન્ટમાં સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી ટીમના સભ્ય, યવતમલ
- ૨૦૦૦-૦૧
- રાજ્ય સીનીયર જુડો સ્પર્ધામાં ચેમ્પીયન, ભાવનગર-૨૦૦૪-૦૫
- રાજ્ય સીનીયર જુડો સ્પર્ધામાં ચેમ્પીયન, અમદાવાદ-૨૦૦૯-૧૦

પંચકાર્ય:-

- લોકરક્ષકની પસંદગીમાં શારીરિક ક્ષમતા કસોટીમાં પંચ તરીકે, ગાંધીનગર-૨૦૦૪
- લોક રક્ષકની પસંદગીમાં શારીરિક ક્ષમતા કસોટીમાં પંચ તરીકે, વડોદરા-૨૦૦૪
- હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત આંતર કોલેજ જુડો સ્પર્ધામાં પંચ તરીકે, પાટણ-૨૦૦૪-૦૫
- હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત આંતર કોલેજ કુસ્તી સ્પર્ધામાં પંચ તરીકે, પાટણ-૨૦૦૪-૦૫
- કૃષિ યુનિવર્સિટી રમત ઉત્સવમાં પંચ તરીકે, દાંતીવાડા-૨૦૦૪-૦૫
- રાજ્ય કક્ષા બાળ કબડી સ્પર્ધામાં પંચ તરીકે, અમરેલી-૨૦૦૬-૦૭
- રાજ્ય કક્ષાની જવાહર જુનીયર હોકી સ્પર્ધામાં પંચ તરીકે, અમરેલી-૨૦૦૬-૦૭
- સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી આંતર કોલેજ એથ્લેટીક્સ ચેમ્પીયનશીપમાં પંચ તરીકે,
રાજકોટ-૨૦૦૭-૦૮

સેમીનારમાં પેપર પ્રસ્તુતીકરણ:-

- સ્પોર્ટ્સ સાયકોલોજી નેશનલ સેમીનાર, જમ્મુ -૨૦૦૪.
- યુ.જી.સી. સ્પોન્સર નેશનલ સેમીનાર, અમરેલી-૨૦૦૮.
- નેશનલ સેમીનાર, કીલ્લાપારડી-૨૦૦૮.
- સ્ટેટ લેવલ સેમીનાર, અમદાવાદ-૨૦૦૮.
- નેશનલ સેમીનાર, વેરાવળ-૨૦૦૮.
- નેશનલ સેમીનાર, વલ્લભવિદ્યાનગર-૨૦૦૮.

આભારદર્શન

શારીરિક શિક્ષણ વિષયમાં પીએચ.ડી ની પદવી માટે પ્રસ્તુત શોધનિબંધ તૈયાર કરવામાં જે સર્વે મિત્રો અને ગુરુજનોએ મને મદદ કરી છે તે સર્વેનો આ તકે આભાર માનું છું.

મારા આ શોધ નિબંધ માટે અનુમતિ આપનાર સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટીના કુલપતિશ્રી ડો. કમલેશભાઈ જોષીપુરા, ઉપકુલપતિશ્રી કલ્પકભાઈ ત્રિવેદી તથા સંશોધન પદવી સમિતિનો હું ખુબ જ ઋણી છું.

મારા શોધનિબંધ માટે અનુમતિ આપનાર તેમજ શરૂઆતથી અંત સુધી સતત પ્રેરણા, પ્રોત્સાહન અને માર્ગદર્શન આપી તેમાં પ્રાણ પુરનાર મારા માર્ગદર્શકશ્રી ડો. એમ.પી.તાળા નો હું હૃદયપૂર્વક આભાર માનું છું.

મારા સંશોધનકાર્યને સફળ બનાવવા વિષયપાત્રો તરીકે સહયોગ આપનાર સૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી સંલગ્ન અમરેલી શહેરની કોલેજોની વિદ્યાર્થીનીઓનો હું હૃદયપૂર્વક આભાર માનું છું.

મારા સંશોધન કાર્યમાં મદદરૂપ થનાર મ.દે.શા. શિ. મહાવિદ્યાલય, સાદરાના હેડ પ્રો. ડો. જમનાદાસ સાવલિયા સાહેબ, રીડર ડો. જગદીશચંદ્ર સાવલિયા સાહેબ તથા સ્પોર્ટ્સ ઓથોરીટી ઓફ ગુજરાત સબ કોચીંગ સેન્ટર ભાવનગરના સિનિયર કોચ શ્રી તનસુખભાઈ છાટબાર તથા કમાણી સાયન્સ કોલેજના આચાર્યશ્રી ડી.પી. વીરાણી સાહેબ અને ડો. એ.એચ. પટેલ તથા શા.શિ. ભવનના અધ્યક્ષ ડો. વિમલભાઈ જોષી, ડો. અમિતભાઈ ગોધાણી તથા મ્યુનિસીપલ આર્ટ્સ-કોમર્સ કોલેજ ઉપલેટાના પ્રા.ડો. શૈલેષભાઈ બુટાણી તથા પ્રા. દિલિપભાઈ કથીરીયા તથા અમરેલીના ગણિતના શિક્ષકશ્રી કેતનભાઈ કાબરીયા તથા કેતનભાઈ કાનપરિયાનો હું હૃદયપૂર્વક આભાર માનું છું.

પ્રસ્તુત નિબંધને સફળ, સુંદર બનાવવા માટે પ્રત્યક્ષ અને પરોક્ષ રીતે મને જે મિત્રો સહયોગી અને ઉપયોગી બન્યા છે. તે સૌ મિત્રોનો હું હૃદય પૂર્વક આભાર માનું છું.

નવિનચંદ્ર વિ. કાનાણી

અનુક્રમણિકા

પ્રકરણ :	પાના નં.
૧ પ્રસ્તાવના સમસ્યા કથન ક્ષેત્રમર્યાદાઓ મર્યાદાઓ ઉત્કલ્પના પદોની વ્યખ્યાઓ અભ્યાસનું મહત્વ	૧
૨. સંબંધિત સાહિત્યનું વિવેચન	૪૨
૩. પદ્ધતિ વિષયપાત્રોની પસંદગી માપનોનું ધોરણ ચલાયમાનોની પસંદગી કસોટી અને કસોટીકારની વિશ્વસનીયતા કસોટીના વહીવટ માટેની પદ્ધતિ તાલીમ કાર્યક્રમનું સંચાલન આંકડાક્રિય પૃથકકરણ	૭૪

૪.	આંકડાક્રિય પૃથક્કરણ અને અભ્યાસનાં પરિણામો	૮૫
	આંકડાક્રિય પૃથક્કરણ	
	સાર્થકતાનું ધોરણ	
	શોધખોળ	
	શોધખોળની ચર્ચા	
	ઉત્કલ્પનાની ચર્ચા	
૫.	સારાંશ, તારણો અને ભલામણો	૧૨૦
	સારાંશ	
	તારણો	
	ભલામણો	
	પરિશિષ્ટ ૧ થી ૧૦	૧૨૬
	સંદર્ભસૂચિ	૧૩૭