Paper I - Officating and coaching
Unit-II - Qualities of Coach, Responsibilites of of Coach:

1- Qualities of Coach: - प्रशिक्षक के गुण व विशेषताएं -

एक प्रशिक्षक को प्रभावी प्रशिक्षक बनने के लिए कुछ गुणों का व्यापक मात्रा में होना आवश्यक है।
एक प्रशिक्षक का स्वास्थ्य उच्च स्तर का होना चाहिए, और उसकी शारीरिक क्षमता उत्कृष्ट स्तर की होनी चाहिए क्यों की उसका कार्य चुनौतीपूर्ण होता है।

1. सक्षमता एवं निपुणता: - एक प्रशिक्षक अपने खेल में ~~सक्षम एवं~~ व्यक्तिगत निपुणता होनी चाहिए जिससे वह अत्यधिक ~~प्रभावित~~ प्रभावी होगा। साथ ही उसे अन्य खेलों में सक्षमता प्राप्त होनी चाहिए।

2- सेवा की इच्छा/भावना: - एक प्रशिक्षक अपने प्रशिक्षार्थियों/विद्यार्थियों को अपने हुनर में सुधार और ~~वृद्धि और~~ परिपक्वता के विकास में सहायता करने संतोष प्राप्त करने योग्य होना चाहिए।

3- स्वअनुशासन, आकर्षक व्यक्तित्व और और आदर्श/नीतिपरक चरित्र होना चाहिए।

4 दिखावट/दर्शन: - एक प्रभावशाली प्रशिक्षक का व्यक्तित्व मोहक, शारीरिक रूप से स्वस्थ, स्वच्छ और उपयुक्त वस्त्र पहनने चाहिए। वह समाज, राष्ट्र और अपने व्यवसाय के प्रति अपना सहयोग/योगदान दे सके।

एक सफल प्रशिक्षक के लिए ~~एक~~ विशेष गुण व विशेषताओं की आवश्यकता होती है।

(क) व्यक्तिगत गुण: - ~~बुद्धिमान~~ एक प्रशिक्षक बुद्धिमान, मेधावी, सहायक, सहयोगी, विश्वसनीय, उत्साही, आदेश-चरित्रवान, सृजनात्मक/रचनात्मक, भरोसे योग्य, विनोद, सक्रिय, परिपक्व, शारीरिक और

DATE

मानसिक स्वास्थ्य का उच्च स्तर, मैत्रीपूर्ण, सहानुभूतिपूर्वक जैसे व्यक्तिगत गुण होने चाहिए

(ख) नेतृत्व के गुण :-

एक प्रशिक्षक के अन्दर लोकतान्त्रिक लोकतन्त्रीय व्यवहार क्रीया विधि प्रयोग करने वाला, अच्छे उदाहरण स्थापित करनेवाला, दूसरों को प्रेरणा देनेवाला, प्रेरित करने वाला लोगों में आदर उत्पन्न करने वाला आदि गुण होने चाहिए।

(ग) मानवीय सम्बन्धों के गुण :-

विनम्रता का प्रदर्शन करता हो सकारात्मक आलोचना को स्वीकार करता हो प्रशिक्षार्थियों / विद्यार्थियों की सेवा को तत्पर हो।

(घ) व्यवसायिक स्तर :- प्रशिक्षण में आनंद लेता हो

प्रशिक्षण में नई प्रवृत्तियों के बारे में जानकारी रखता हो, व्यवसायिक संगोष्ठियों में भाग लेता हो, संस्थान की गतिविधियों में भाग लेता हो स्वयं को व्यक्तिगत और व्यवसायिक स्तर पर बेहतर बनाता हो।

एक अच्छे प्रशिक्षक के उत्तरदायित्व Responsibilities of Good Coach :–

प्रशिक्षक का एक मुख्य दायित्व खिलाड़ियों के लिए उचित प्रशिक्षण वातावरण तैयार करना और खिलाड़ियों को प्रोत्साहित करने के लिए तरीके खोजना है।

1- प्रशिक्षक एक मूल्यांकक निर्धारक के रूप में :—

(i) उसे प्रत्येक भागीदार के व्यक्तिगत गुणों, क्षमता और आवश्यकताओं को पहचानना चाहिए।

(ii) प्रशिक्षक को खिलाड़ी से उसकी मौलिक जानकारी जैसे नाम, पता मोबाइल नं., आयु लिंग और सम्बन्धित चिकित्सा सम्बन्धित जानकारी प्राप्त करनी चाहिए जो उसकी भूतपूर्व सामान्य और विशेष गतिविधियों में भागीदारी को प्रभावित करती हो।

(iii) प्रशिक्षक को खिलाड़ी की शारीरिक विज्ञान, मानसिक, सामाजिक, भावुक, तकनीकी और सामरिक क्षमताओं को पहचानना चाहिए और इसका मूल्यांकन करना चाहिए कि इसमें कैसे सुधार किया जा सकता है।

(iv) प्रशिक्षक को खेलकूद के ढांचे की विभिन्न स्तरों जैसे अंतर्राष्ट्रीय राष्ट्रीय, क्षेत्रीय, राज्य, जिला स्तर की प्रबंध परिषद, स्थानीय अधिकारियों स्थानीय क्लबों और स्थानीय सुविधाओं आदि की जानकारी हासिल करनी चाहिए और इसका अध्ययन करना चाहिए। उसे खेल कूद के लिए धन देने वाली संस्थाओं जैसे भारतीय खेलकूद प्राधिकरण, खेलकूद परिषद और शैक्षिक संस्थाओं की भी जानकारी प्राप्त करनी चाहिए।

(v) प्रशिक्षक को प्रशिक्षण और स्पर्धाओं के दौरान खिलाड़ियों के प्रदर्शन का मूल्यांकन करना चाहिए।

प्रशिक्षक एक नियोजक के तौर पर :—

प्रशिक्षक को निरंतर समय निर्धारण प्रशिक्षण कार्य की आवश्यकताओं को जानना चाहिए और उनका मूल्यांकन करना चाहिए।

DATE

(3) प्रशिक्षक एक ज्ञान स्त्रोत के रूप में :— प्रशिक्षक को अपने खेल में नवीनतम प्रवृत्तियों, उपलब्धियों और उसकी सीमाओं का ज्ञान रखना चाहिए।

(4) प्रशिक्षक एक सलाहकार के रूप में :— प्रशिक्षक को खिलाड़ियों को उन्हें दिए जाने वाले प्रशिक्षण के बारे में परामर्श देना चाहिए। उसे प्रशिक्षार्थी को खेल रूप सम्बन्धी सामान और उपकरणों और अन्य संबद्ध मुद्दों पर भी परामर्श देना चाहिए।

(5) प्रशिक्षक एक परामर्शक के रूप में :— एक प्रशिक्षक को अपने प्रशिक्षार्थियों की भावात्मक समस्याओं को हल करने में उनके परामर्शक के रूप में करना चाहिए।

(6) प्रशिक्षक एक प्रदर्शक के रूप में :— प्रशिक्षक को प्रशिक्षार्थियों को उस निपुणता का प्रदर्शन स्वयं करके दिखाना चाहिए जो वह उनसे चाहता है।

(7) प्रशिक्षक एक मित्र के रूप में :— खिलाड़ियों के साथ वर्षों काम करने के साथ व्यक्तिगत सम्बन्ध बन जाते हैं। जिनके साथ वह उनकी समस्याओं पर विचार विमर्श कर सकता है और उनकी सफलता में भागीदार हो सकता है।

(8) प्रशिक्षक एक सहायक व मार्गदर्शक के रूप में :— एक प्रशिक्षक का यह कर्तव्य है कि वह अपने प्रशिक्षार्थियों का मार्गदर्शन करे और और उनके लिए ~~प्रतिस्पर्धियों के परिणामों के आंकड़े एकत्र करे~~

classmate

PAGE