

हॉकी पर निबंध

हॉकी को न केवल भारत का राष्ट्रीय खेल माना जाता है बल्कि यह भारत का प्राचीन खेल भी है। भारत में क्रिकेट, बैडमिंटन, टेनिस जैसे कई खेलों के निरंतर बढ़ती हुई प्रसिद्धि के बाद भी हॉकी आज भी भारत का राष्ट्रीय खेल माना जाता है।

हालांकि आधिकारिक तौर पर हॉकी को भारत के राष्ट्रीय खेल के रूप में मान्यता प्राप्त नहीं है लेकिन हॉकी के क्षेत्र में भारत ने अंतरराष्ट्रीय स्तर पर कई स्वर्ण पदक जीते हैं, जिसके कारण इसे भारत का राष्ट्रीय खेल के रूप में जाना जाता है।

1928 से लेकर 1956 तक भारत में हॉकी का स्वर्ण काल रहा था। क्योंकि उस दौरान इस क्षेत्र के कई महान भारतीय खिलाड़ियों ने स्वर्ण पदक जीते थे। ओलंपिक में केवल हॉकी खेल में भारत ने 6 स्वर्ण पदक जीते थे।

हॉकी के प्रसिद्ध भारतीय खिलाड़ियों में मेजर ध्यानचंद जिन्हें हॉकी का जादूगर कहा जाता है, धनराज पिल्लै, गगन अजीत सिंह, लेस्ली क्लॉडियस, अशोक कुमार, ऊधम सिंह, बाबू निमल, मोहम्मद शाहिद, बलबीर सिंह सीनियर आदि का नाम प्रसिद्ध है।

हॉकी खेल न केवल आधुनिक खेल है बल्कि इसका इतिहास बहुत पुराना है। यह ओलंपिक खेल के शुरुआत से 1200 साल पहले से ही खेला जाता था। हालांकि उस समय हॉकी के खेलने के तरीके अलग होते थे लेकिन अब यह मैदानी हॉकी के रूप में खेला जाता है।

हॉकी खेल ब्रिटिश द्वीपों पर विकसित हुआ था। अंग्रेजी विद्यालयों में यह खेल खेला जाता था लेकिन भारत में ब्रिटिश काल के दौरान अंग्रेजों के द्वारा यह खेल भारत में लाया गया था और देखते ही देखते यह खेल अंतरराष्ट्रीय स्तर पर फैल गया और विश्व भर में प्रसिद्ध हो गया।

भारत में 1885 से 1586 के बीच में पहला हॉकी क्लब कोलकाता में गठित किया गया था। पहली बार भारत ने 1928 के ओलंपिक खेल में हॉकी में स्वर्ण पदक हासिल किया था। ओलंपिक में पहली बार हॉकी में भारत को स्वर्ण पदक जीताने वाले उस महान खिलाड़ी का नाम मेजर ध्यानचंद था।

हॉकी खेल को आयोजित करने और उसे नियंत्रित करने के लिए लंदन हॉकी एसोसिएशन का गठन किया गया था। बाद में 1924 में अंतरराष्ट्रीय हॉकी महासंघ और महिला हॉकी अंतरराष्ट्रीय महासंघ का गठन हुआ।

हॉकी दो टीमों के बीच में खेला जाता है। प्रत्येक टीम में 11-11 खिलाड़ी होते हैं। हॉकी खेल मैदान पर खेला जाता है। हॉकी खेलने के लिए हॉकी की छड़ और एक बोल की जरूरत पड़ती है। इसके अलावा सुरक्षा के लिए हेलमेट, नेक गार्ड, घुटने, कोहनी के पैड जैसे कई तरह के उपकरण की भी आवश्यकता होती है।

सभी खेलों की तरह हॉकी खेल भी हमारे शारीरिक क्षमता को बढ़ाने में मदद करते हैं। हॉकी से हमारे मसला बनते हैं, वजन घटता है, रक्तचाप कम होता है।

हॉकी को भले ही भारत का राष्ट्रीय खेल कहा जाता हो लेकिन जिस तरीके से सभी भारतवासियों में क्रिकेट के लिए पागलपन है, उतना हॉकी या किसी अन्य खेल के लिए नहीं देखा जाता है।

हॉकी खेल भी अन्य खेल की तरह ही महत्वपूर्ण है। इसलिए हॉकी खेल को भी क्रिकेट की तरह ही बढ़ावा देने की जरूरत है। हम सबको इसके महत्व को समझते हुए बढ़ चढ़कर भाग लेना चाहिए।

SOURCE: TheSimpleHelp.com