

Physical Education - FA Part 2 Physical Education Chapter 6 Urdu Medium Short Questions Test

Q1. ہم کھیل کیوں کھیلتے ہیں؟

**Ans 1:** ہم کھیل اس لیے کھیلتے ہیں کیونکہ ہمارا جسم چاک و چوبند رہتا ہے۔ ہمیں راحت اور سکون ملتا ہے، کھیلیں ہمارے لیے روزگار کا ذریعہ ہے۔

Q2. کیا اچھا کھلاڑی کھیل کا پابند ہوتا ہے؟

**Ans 1:** کھیل وقت کی پابندی سکھاتا ہے۔ کھیل کے لیے وقت مقرر ہوتا ہے۔ کھیل کے دوران وقت کو خاص اہمیت دی جاتی ہے، کھیل کے اصول کی پابندی وقت کی پابندی کے لیے راہ ہموار کرتی ہے اور کھلاڑیوں کو وقت کی پابندی سکھاتا ہے۔

Q3. کالجوں میں کھیلوں کے دو فوائد لکھیں۔

**Ans 1:** کالجوں میں کھیلوں کے دو فوائد درج ذیل ہیں۔ 1. قدرتی صلاحیتوں کا اجاگر ہونا 2. صحت مند مقابلہ اور باہمی تعاون

Q4. لبلبہ پر مختصر نوٹ لکھیں۔

**Ans 1:** لبلبہ ایک سفید ننگ کا پتے کی شکل کا لمبا غدود ہے۔ اس کا سر بارہ انکشتی آنت کے خم، جسم معدہ کے پیچھے اور دم تلی کے ساتھ لگی ہوتی ہے اس کا رنگ ہلکا زرد اور وزن 90 گرام ہوتا ہے۔ اس سے ایک خاص رطوبت خارج ہوتی ہے جو باضمے میں مدد دیتی ہے۔

Q5. کھیل کے تین فوائد لکھیں۔

**Ans 1:** صحت مند مقابلہ اور باہمی تعاون 2. قیادت کی تربیت 3. قدرتی صلاحیتوں کا اجاگر ہونا 1.

Q6. قلبی عضلات پر نوٹ لکھیں۔

**Ans 1:** قلبی عضلات عجیب خاصیت کے حامل ہیں، ساخت میں دھاری دار یعنی ارادی عضلات سے ملتے جلتے ہیں مگر کام کے لحاظ سے غیر ارادی ہیں۔ یہ عضلات مرکزی نظام اعصاب کے ماتحت نہیں ہوتے، عصبی تحریک کے بغیر ان میں متواتر سکڑنے کی صلاحیت ہوتی ہے۔

Q7. نظام عضلات سے کیا مراد ہے؟

**Ans 1:** جسم کے تمام حصوں میں جلد کے نیچے گوشت کی جو تہیں پائیں جاتی ہیں وہ عضلات کہلاتی ہیں، یہ گوشت کے باریک باریک ریشے ہوتے ہیں جو برابر ایک جھلی کے ذریعے آپس میں وابستہ ہوتے ہیں۔

Q8. کیا اچھا کھلاڑی کھیل کا پابند ہوتا ہے؟

**Ans 1:** کھیل وقت کی پابندی سکھاتا ہے۔ کھیل کے لیے وقت مقرر ہوتا ہے۔ کھیل کے دوران وقت کو خاص اہمیت دی جاتی ہے، کھیل کے اصول کی پابندی وقت کی پابندی کے لیے راہ ہموار کرتی ہے اور کھلاڑیوں کو وقت کی پابندی سکھاتا ہے۔

---

Q9. اچھا قومی کھلاڑی قوم کا سرمایہ ہوتا ہے. وضاحت کریں.

**Ans 1:** اچھا کھلاڑی قوم و ملک کا نمائندہ ہوتا ہے، وہ اپنی قدرتی صلاحیتوں کو اجاگر کر کے قوم اور ملک کا نام روشن کرتا ہے، بیرون ملک اپنے کھیل کے کرتب دکھا کر ملک کے لیے زرمبادلہ لاتا ہے. یہی وجہ ہے کہ اچھے کھلاڑی کو قوم اور ملک کے لیے سرمایہ کہا جاتا ہے.

---

Q10. اچھا کھلاڑی کس طرح قانون کا پابند ہوتا ہے؟

**Ans 1:** اچھا کھلاڑی ہمیشہ قانون کا احترام کرتا ہے. کھل کے میدان میں ریفری کی وسل پر تمام کھلاڑی کھیل کو روک دیتے ہیں، ریفری کے اشارے پر دوبارہ کھیل کا آغاز کرتے ہیں، اس طرح ہر فاول پر ایسا ہوتا ہے. اسی طرح کھیل کے میدان میں کھلاڑی قانون کا احترام سیکھتا ہے اور عام زندگی میں بھی قانون کا احترام کرتا ہے.

---