

Physical Education - FA Part 2 Physical Education Chapter 7 Urdu Medium Short Questions Test

Q1. مصنوعی تنفس سے کیا مراد ہے؟

Ans 1: کسی بیماری یا حادثہ کی صورت میں اگر مریض کا سانس رک جائے تو اس مریض کی سانس بحال کرنے کے لیے جو طریقہ یا عمل اختیار کیا جاتا ہے، اسے مصنوعی تنفس کہتے ہیں۔

Q2. ٹیبل ٹینس میں کھیل میں لیٹ کی مختصر وضاحت کریں۔

Ans 1: ٹیبل ٹینس میں کھیل میں لیٹ ایک ایسی ریلی ہے جس میں سکور نہیں بنتا، ریلی کو اس صورت میں لیٹ کہا جائے گا 1. سروس کیا ہوا بال نٹ اسمبلی کو چھو کر مخالف کے میز کے درست حصے پر گرے 2. سروس وصول کرنے والا کھلاڑی یا اس کا ساتھی گیندوں کی راہ میں رکاوٹ کا باعث بنے۔ 3. سروس وصول کرنے والے کے لیے تیار ہونے سے پہلے سروس کر دی جائے۔ 4. امپائر یا نائب امپائر خود کھیل کو روکے۔

Q3. باکی کے پینالٹی کارنر کب دیا جاتا ہے؟

Ans 1: دفاعی ٹیم اپنے 23 میٹر کے علاقہ میں لیکن سرکل سے بارہ ارادتاً بے ضابطگی ہے۔ 2. دفاعی کھلاڑی اپنے سرکل میں جان بوجھ کر ایسا فاول کرے جس کی 1. دفاعی ٹیم اپنے 23 میٹر کے علاقہ میں لیکن سرکل سے بارہ ارادتاً بے ضابطگی ہے۔ 3. جب گول کیپر اپنے سرکل میں ہو اور گیند اس کے حفاظتی ساز ومان میں وجہ سے گول تو سکور نہ پائے لیکن گیند کا قبضہ حملہ آور ٹیم کے کھلاڑی کے پاس ہی رہے۔ 3. جب گول کیپر اپنے سرکل میں ہو اور گیند اس کے حفاظتی ساز ومان میں اٹک جائے۔

Q4. باسکٹ بال میں جمپ بال کی وضاحت کریں۔

Ans 1: کھیل کے پہلے ایک چوتھائی دورانیہ کو شروع کرنے کے لیے "اقیشل" وسطی دائرہ میں دو مخالف کھلاڑیوں کے درمیان گیند کو ہوا میں اچھالتا ہے۔

Q5. باکی کھیل میں کارنر ہٹ لگانے کا طریقہ کار لکھیں۔

Ans 1: گول لائن کے علاوہ دفاعی ٹیم کے کسی کھلاڑی کی باکی سے گیند کو چھو کر بیک لائن کو مکمل طور پر عبور کر جائے تو دفاعی ٹیم کے خلاف کارنر ہٹ لگوانی جائے گی کارنر ہٹ سائیڈ لائن پر بیک لائن سے 5 میٹر کے فاصلے پر لگے ہوئے نشان سے لگائے جائے گی۔ کارنر ہٹ کے دوران دفاعی ٹیم کے کھلاڑی ہٹ لگنے کے مقام سے 5 میٹر دور رہیں گے۔

Q6. ٹیبل ٹینس میں پوائنٹس کی وضاحت کریں۔

Ans 1: اگر ریلی لیٹ نہ ہو تو دونوں کھلاڑیوں میں وہ کھلاڑی ایک پوائنٹ سکور کرے گا جسکا مخالف 1. اگر درست سروس نہ کرے۔ 2. اگر درست طریقے سے گیند واپس نہ لوٹا سکے۔ 3. درست سروس کردہ یا صحیح واپس کیا ہو گیند اگر نٹ اسمبلی کے علاوہ کسی اور چیز سے جھولے۔ 4. اگر مخالف گیند کی راہ میں رکاوٹ حائل ہو جائے۔ 5. اگر مخالف گیند کو لگاتار دو دفعہ مارا جائے۔ 6. ریلی کے دوران اگر مخاطب اپنے خالی ہاتھ سے کھیلنے کی سطح کو چھو دے۔

Q7. شوٹنگ سرکل کی وضاحت کریں۔

Ans 1: گول پوسٹوں کے بیرونی کنارے سے 16 گز 14.63 میٹر نصف قطر کے دائرہ کی قوس کو بیک لائن س میدان کی طرف پوسٹوں کے سامنے تک دونوں طرف بڑھا کر سیدھی لائن سے ملا دیا جاتا ہے اسی طرح سے بننے والا ڈی شکل کا نصف دائرہ شوٹنگ سرکل کہلاتا ہے۔

Q8. تھری پوائنٹ گول ایریا کی وضاحت کریں.

Ans 1: کسی ٹیم کا یہ علاقہ پلے اینگ کورٹ میں اس تمام علاقہ پر مشتمل ہوتا ہے ما سوائے کہ مخالف کی باسکٹ کے نزدیک ہے اور جسے اس طرح معین کیا جاتا ہے۔ دو باہمی متوازن لکیروں جو اختتامی لکیر پر عموماً واقع ہیں اور باسکٹ کے مرکز سے 6.25 میٹر کے فاصلے پر ہوتی ہیں، یہ نقطہ اختتامی لکیر کے وسط میں اور اس کے اندرونی کنارے سے 1.575 میٹر کی دوری پر ہوتا ہے، مخالف باسکٹ کے مرکز میں اگر یہ مواد گرایا جائے تو اس طرح فرش پر پیدا نشان کو مرکز مان کر ایک 6.25 میٹر نصف قطر کی قوس اس طرح لگائی جائے گی کہ وہ ان دونوں متوازی لکیروں سے مل جائے۔

Q9. ٹیبل ٹینس میں فور ہینڈ ٹینس اور بیک ہینڈ ٹینس میں کیا فرق ہے؟

Ans 1: فور ہینڈ ٹینس: دفاعی کھیل میں گھومتی ہوئی تیز رفتار گیند سپن بال میں کمی کرنے کے لیے کھلاڑی جسم کو پہلو اور آگے طرف جھٹکاتا ہے اور ریکٹ کو تقریباً گھٹنے کے قریب لاکر گیند کو ضرب لگا کر واپس کرتا ہے۔

Ans 2: بیک ڈیفنس: بیک ہینڈ ٹینس فور ہینڈ دفاعی انداز کی مانند ہے، لیکن اس میں بالمقابل پاؤں آگے پیچھے ہوتے ہیں اور گیند کو ضرب لگانے سے پیشتر گھٹنوں مَن خم ڈالات جاتا ہے۔

Q10. باسکٹ بال میں 24 سیکنڈ قانون کی وضاحت کریں.

Ans 1: باسکٹ بال کے کورٹ میں جب لائیو بال کسی کھلاڑی کے قبضے میں آجائے تو اس کی ٹیم پر لازم ہے کہ وہ چوبیس سیکنڈ کے اندر اندر گول کرنے کے لیے گیند کو باسکٹ کی طرف پھینکے، اس ضابطے کی خلاف ورزی ایک وائلیشن ہے، وائلیشن کی صورت میں مخالف ٹیم کا کوئی کھلاڑی سائیڈ لائن تھرو ان کرے گا۔