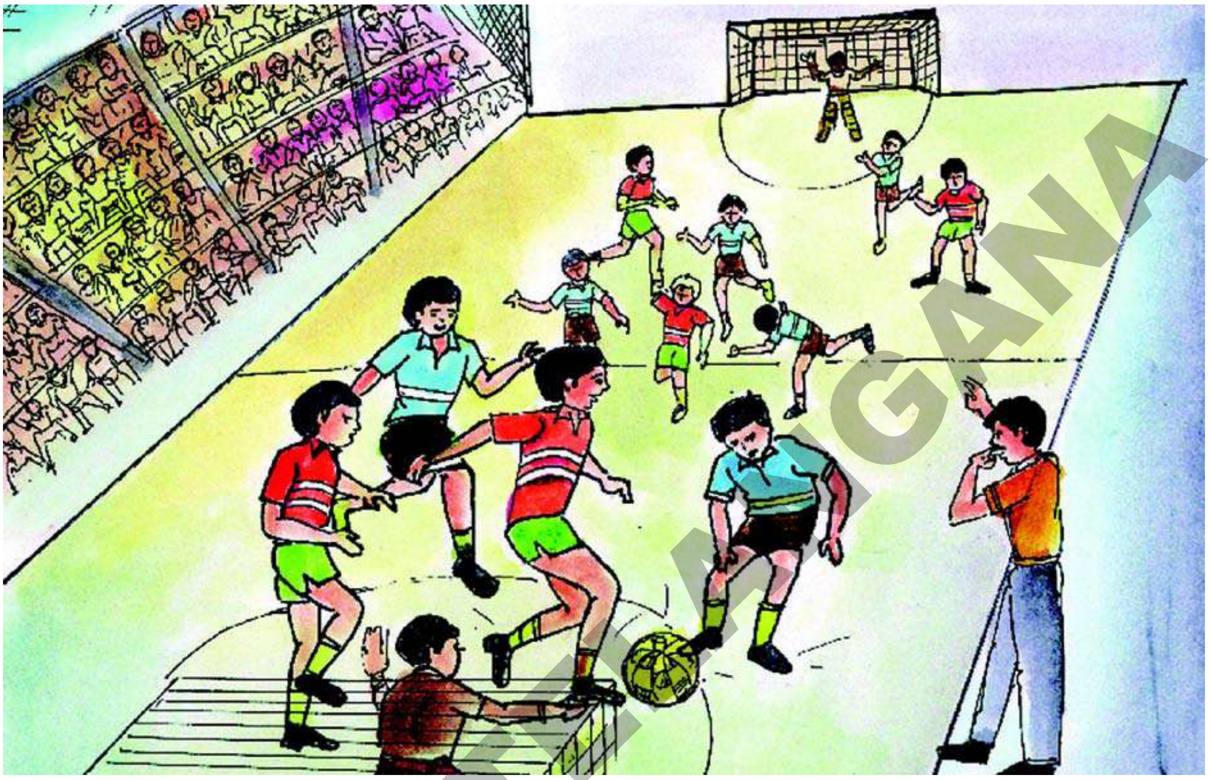
دوسرا یونٹ

7. سائنا نہوال

مندرجہ ذیل تصویر دیکھیے ۔



SCERT TELANGANA

اِن سوالوں کے جواب دیجیے

☆ اس تصویر میں آپ کو کون نظر آ رہے ہیں؟

☆ یہ کونسے کھیل کی تصویر ہے؟

☆ اس کھیل کے علاوہ چند اور کھیلوں کے نام بتلائیے ۔

بچّو ! ایسا کیجیے

◆ سبق کی تصویریں دیکھیے اور ان کے بارے میں اظہار خیال کیجیے ۔

◆ سبق پڑھیے، ایسے الفاظ کے نیچے خط کھینچیے جن کے معنی آپ نہ جانتے ہوں ۔

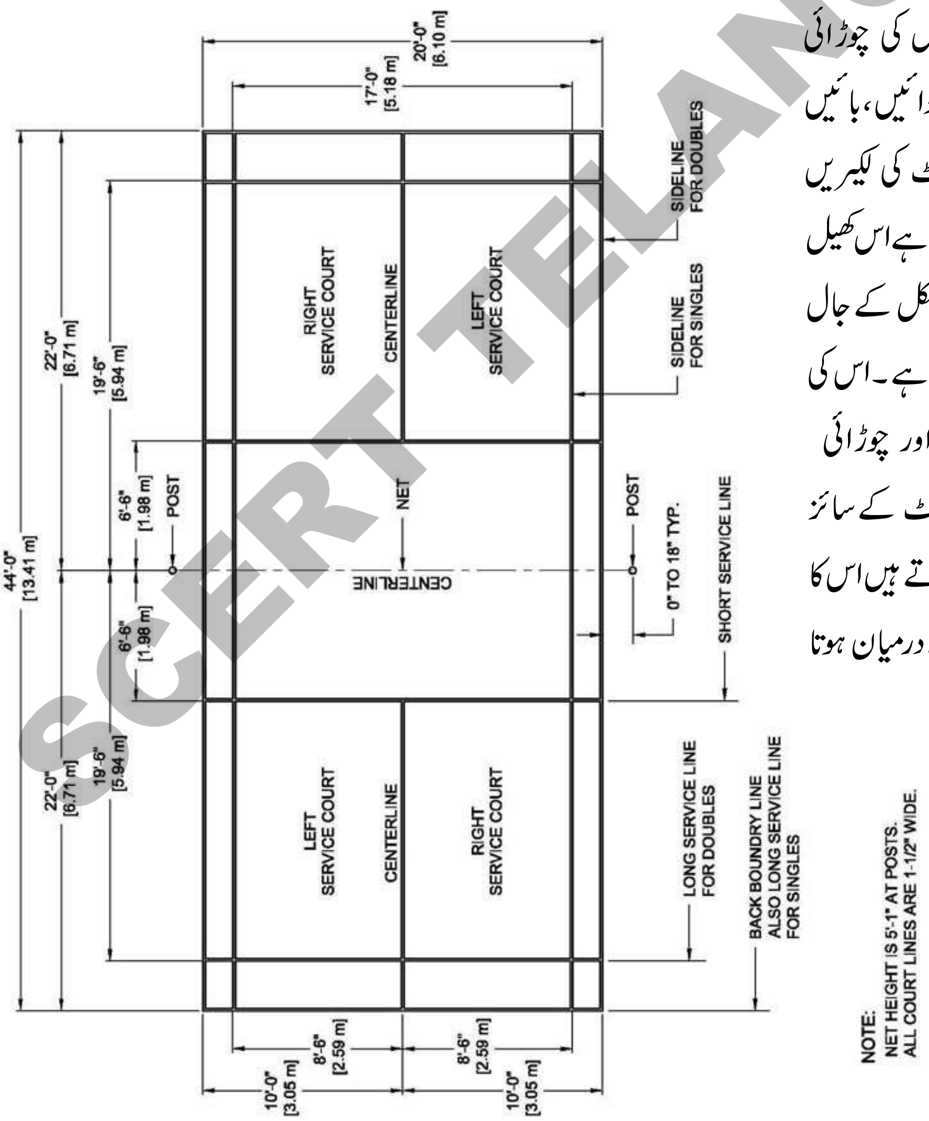
◆ خط کشیدہ الفاظ کے معنی اپنے دوستوں اور اساتذہ سے معلوم کیجیے یا فرہنگ میں لکھیے ۔

یہ کتاب حکومت تلنگانہ کی جانب سے مفت تقسیم کے لیے ہے 2020-21

بچو! کیا آپ نے پی.ٹی.اوشا، ثانیہ مرزا، اور کرنم ملیشوری کا نام سنا ہے، جنہوں نے کھیل کی دنیا میں ہمارے ملک کا نام خوب روشن کیا ہے ۔ ایسی ہی ایک کھلاڑی سائنا نہوال ہے جس نے اگست 2012ء کو اولمپکس میں کانسہ کا تمغہ (Bronze Medal) حاصل کیا ہے۔ سائنا نے کانسے کا تمغہ حاصل کر کے ہندوستان کا نام دنیا بھر میں روشن کیا۔ اس تمغہ کے حصول پر مرکزی و ریاستی حکومتوں نے اس کھلاڑی کو تقریباً 2 کروڑ روپے کے انعامات اور اعزازات سے نوازا۔

آیئے سائنا نہوال نے جس کھیل میں نام کمایا اُس کھیل کی تفصیلات جاننے کی کوشش کریں۔

بیاڈمنٹن کھیل کا آغاز سولہویں صدی عیسوی میں ہوا، اسے ابتداء میں شٹل کاک گیم یا بیٹل ڈور گیم بھی کہا جاتا تھا۔ اس کھیل کو برطانوی فوجی عہدیداروں نے ہندوستان میں پہلی مرتبہ 1860ء میں جال لگا کر کھیلنا شروع کیا۔ 1870ء میں اس کھیل کے باضابطہ اُصول وضوابط بنائے گئے۔ اس کھیل کا میدان کورٹ کہلاتا ہے۔ کورٹ مستطیل شکل کا ہوتا ہے جس کی لمبائی 13.4 میٹر اور چوڑائی 6.1 میٹر ہوتی ہے کورٹ کے درمیان میں ایک جال ہوتا ہے جو کورٹ کو دو برابر حصوں میں تقسیم کرتا ہے۔ جال زمین سے 5 فٹ اونچائی پر لگایا جاتا ہے جال کی چوڑائی 5 فٹ ہوتی ہے۔ کورٹ کے دائیں، بائیں اور پچھلے جانب سروس کورٹ کی لکیریں ہوتی ہیں۔ یہ ایک اِنڈور گیم ہے اس کھیل کا ریاکٹ (بیاٹ) بیضوی شکل کے جال کے فریم و دستے پر مشتمل ہوتا ہے۔ اس کی لمبائی تقریباً 68 سنٹی میٹر اور چوڑائی 23 سنٹی میٹر ہوتی ہے ریاکٹ کے سائز 1U، 2U، 3U اور 4U ہوتے ہیں اس کا وزن 83 تا 100 گرام کے درمیان ہوتا ہے۔ شٹل کاک چمڑے کے چھوٹے سے خول پر بطخ کے 16 پروں کو لگا کر بنایا جاتا ہے ۔ جس کی لمبائی 6.2 سنٹی میٹر ہوتی ہے۔



SCERT TELANGANA

ہم کھیل کی کچھ اہم باتیں جان چکے ہیں اب سائنا نہوال کے بارے میں جانیں گے۔

سائنا نہوال کی پیدائش 17/مارچ 1990ء کو ریاست ہریانہ کے ضلع حسار کے مقام دِھندار میں ہوئی۔ان کے والد ڈاکٹر ہرویر سنگھ نہوال اور والدہ اوشا نہوال ہیں۔ دونوں کا شمار ریاست ہریانہ کے مشہور و معروف بیڈمنٹن کھلاڑیوں میں ہوتا ہے۔ان سے تحریک پا کر ان کی بیٹی نے اس کھیل میں دلچسپی لی۔ والدین نے بھی سائنا نہوال کی ہمت افزائی کی۔ چنانچہ پڑھائی کے ساتھ خوب محنت کر کے اپنی جستجو اور لگن کے ساتھ سائنا نے عالمی مقام حاصل کیا۔

سائنا نہوال کی ابتدائی تعلیم ہریانہ کے کیمپس اسکول میں ہوئی۔ بعد میں وہ اپنے والدین کے ساتھ حیدرآباد منتقل ہوگئیں۔ان کے والد حیدرآباد میں آئیل سیڈس اینڈ ریسرچ سنٹر میں بحیثیت سائنس داں کام کر رہے ہیں۔

سائنا نہوال کے ابتدائی کوچ ایس.ایم.عارف (''درونا چاریہ'' ایوارڈ یافتہ) تھے۔ان کی نگرانی میں سائنا نہوال نے کھیل میں کافی مہارت حاصل کی۔اس کے بعد مشہور عالمی بیڈمنٹن کھلاڑی گوپی چند نے انھیں اپنی اکیڈیمی میں شامل کر لیا۔گوپی چند کی مزید تربیت نے سائنا نہوال کے کھیل کو درجہ کمال تک پہنچایا۔

سائنا نہوال نے صرف 19 سال کی عمر میں 2009ء کا انڈونیشیا سوپر سیریز ٹائٹل جیت کر اپنے کیریئر کا آغاز کیا۔2010ء میں سنگاپور سوپر سیریز ، انڈونیشیا سوپر سیریز، ہانگ کانگ سوپر سیریز، چائنیز تائپی اوپن اور انڈیا اوپن پریکٹس گولڈ کا ٹائٹل

SCERT TELANGANA

یہ کتاب حکومت تلنگانہ کی جانب سے مفت تقسیم کے لیے ہے 21-2020

جیتا2011-12 میں سوئز اوپن کا خطاب حاصل کیا۔

دسمبر 2010ء میں ورلڈ بیڈ منٹن فیڈریشن نے بیڈ منٹن کی رینکنگ میں سائنا نہوال کو دوسرا مقام دیا۔اور حکومت ہند نے سائنا نہوال کو 2009-10 میں راجیو گاندھی کھیل رتن ایوارڈ سے نوازا۔

سائنا نہوال کو ورلڈ جونیئر بیڈ منٹن چمپئن شپ اور اولمپکس کھیلوں میں کامیابی حاصل کرنے والی ہندوستان کی پہلی خاتون کھلاڑی کا اعزاز حاصل ہے۔کھیل کے میدان میں سائنا نہوال کی خدمات جاری ہیں۔

سائنا نہوال نے سوئز اوپن ٹائٹل 18/ مارچ 2012ء کو چین کے عالمی نمبر 2 کھلاڑی وینگ شیا ژینگ کو شکست دے کر حاصل کیا۔

بچو! ہم سب کو تعلیم کے ساتھ ساتھ کھیل کود میں بھی حصہ لینا چاہئے۔تاکہ ہماری صحت بھی اچھی رہے اور کسی ایک کھیل میں مہارت پیدا کر کے ملک وقوم کا نام روشن کر سکیں۔حکومت کی جانب سے بھی مدارس میں کھیل کود کا لازمی پیریڈ رکھا گیا ہے۔جسمانی تعلیم کے لئے خصوصی کارڈ فراہم کیے گئے ہیں۔ان سے بھی آپ فائدہ اُٹھا سکتے ہیں کیوں کہ ''صحت مند جسم میں ہی صحت مند دماغ ہوتا ہے۔''

یہ کیجئے

I سنیے۔سوچ کر بولیے

(الف) حسب ذیل سوالوں کے جواب دیجیے۔

1. اس سبق میں ہندوستان کی کن مشہور خاتون کھلاڑیوں کا ذکر کیا گیا ہے؟
2. سائنا نہوال نے کھیل میں مہارت کیسے حاصل کی؟
3. جال لگا کر بیڈ منٹن کے علاوہ اور کونسے کھیل کھیلے جاتے ہیں؟
4. ''صحت مند جسم میں ہی صحت مند دماغ ہوتا ہے''۔اس کا کیا مطلب ہے؟
5. آپ کو کونسا کھیل پسند ہے؟

II روانی سے پڑھیے۔سمجھ کر بولیے۔لکھیے

(الف) سبق پڑھیے اور ذیل کے جملوں کے آگے صحیح (✓) یا غلط (×) کا نشان لگائیے۔

1. سائنا نہوال نے اولمپکس میں طلائی تمغہ (گولڈ میڈل) حاصل کیا۔ (   )
2. سائنا نہوال کی پیدائش ریاست ہریانہ میں ہوئی۔ (   )
3. گوپی چند سائنا نہوال کے کوچ ہیں۔ (   )
4. ڈاکٹر ہرویر سنگھ نہوال پیشہ سے وکیل ہیں۔ (   )
5. سائنا نہوال حیدرآباد میں مقیم ہیں۔ (   )
6. بیڈ منٹن ایک ہندوستانی کھیل ہے۔ (   )
7. بیڈ منٹن کے کھیل کا میدان بیضوی شکل کا ہوتا ہے۔ (   )
8. شٹل کاک میں بطخ کے 16 پر لگے ہوتے ہیں۔ (   )

SCERT TELANGANA

(ب) سبق پڑھ کر سائنا نہوال کے جیتے ہوئے خطاب کو نیچے دیے ہوئے جدول میں درج کیجیے۔

نشان سلسلہ	سال	ٹائٹل/خطاب
1	2009ء	
2	2010ء	
3	2011ء	
4	2012ء	

(ج) حسب ذیل سوالوں کے جواب دیجیے۔

1. سائنا نہوال کی پیدائش کب اور کہاں ہوئی؟
2. سائنا نہوال نے کون کونسے ٹائٹل جیتے؟
3. بیڈمنٹن کھیل کے چند اُصول بیان کیجیے۔
4. ریاکٹ اور شٹل کاک کے بارے میں لکھیے ۔
5. اس سبق میں ذکر کیے گئے تمام کھلاڑیوں کے نام لکھیے ۔

III سوچیے اور لکھیے

(الف) حسب ذیل سوالوں کے جواب سوچ کر لکھیے

1. آپ کو جس کھیل میں مہارت ہے اُس کی تفصیل لکھیے ۔
2. درونا چاریہ ایوارڈ کس کو دیا جاتا ہے اور کیوں؟
3. بیڈمنٹن کھلاڑی کو شٹلر بھی کہا جاتا ہے۔ کیوں؟
4. کوچ کسے کہتے ہیں؟ کھلاڑیوں کی تربیت میں کوچ کا کیا کردار ہوتا ہے؟ لکھیے ۔
5. کیا ہر کھیل کے لئے اُصول وضوابط کا ہونا ضروری ہے؟ کیوں؟

IV لفظیات

(الف) متعلقہ مضامین سے تعلق رکھنے والے مشہور شخص کا نام لکھیے ۔

1. سائنسداں ....
2. ریاضی داں ....
3. قانون داں ....
4. تاریخ داں ....
5. سیاست داں ....

SCERT TELANGANA

یہ کتاب حکومت تلنگانہ کی جانب سے مفت تقسیم کے لیے ہے 2020-21

(ب) حسب ذیل واحد الفاظ کی جمع بناتے ہوئے معمہ میں حرف درج کیجیے اور اس سے جملے بنائیے۔

موت - باب - فکر - نور - دور - شجر - شکل

ا	م	و	ا	ت
ا	ب		ا	
ا		ک	ا	
ا			ا	ر
ا	د		ا	
ا		ج	ا	
ا	ش		ا	

(ج) آپ بہت سارے کھیل کھیلتے ہوں گے گھر میں کھیلے جانے والے اور مدرسہ میں کھیلے جانے والے کھیلوں کو جدول میں لکھیے ۔

گھر میں کھیلے جانے والے کھیل	مدرسہ میں کھیلے جانے والے کھیل

(د) سہ حرفی لفظ ''خود'' کے ساتھ مزید حرف جوڑ کر بامعنی الفاظ بنائیے اور بننے والے لفظ کے استعمال سے جملے بنائیے۔

خود							
خود							
خود	ب	خ	و	د			
خود							
خود							
خود							

مثال: خودبخود:- ہوا کے زور سے دروازہ خودبخود کھل گیا۔

SCERT TELANGANA

V تخلیقی اظہار

1. آپ کے مدرسہ یا کسی گراونڈ یا پھر ٹیلی ویژن پر کھیلے گئے کرکٹ میاچ کا آنکھوں دیکھا حال (کامنٹری) کی نقل کیجیے۔
2. ذیل کے الفاظ کی مدد سے مضمون تیار کیجیے۔

ثانیہ مرزا - پیدائش - حیدرآباد - تعلیم - نصراسکول

والدعمران مرزا - ٹینس - دبئی - دکن ٹائٹل

3. اولمپک میڈل جیتنے پر سائنا نہوال کو مبارکبادی کے لئے ایک گریٹنگ کارڈ تیار کیجیے۔

VI توصیف

1. اپنے مدرسہ کی کبڈی ٹیم کا حوصلہ بڑھانے کے لئے پلے کارڈس تیار کیجیے۔
2. آپ کی جماعت کے کھیلوں میں ہمیشہ اوّل آنے والے طالب علم کی تعریف کرتے ہوئے چند جملے لکھیے ۔

VII زبان شناسی

1. جو ''زمانہ'' چل رہا ہے یا موجودہ وقت کو ''زمانہ حال'' کہتے ہیں۔ایسا ''کام'' جو موجودہ زمانہ میں انجام پائے ''فعل حال'' کہلاتا ہیں۔

''فعل حال'' وہ فعل ہے جس سے کام کا کرنا یا ہونا موجودہ زمانے میں پایا جائے

(i) ایسے فعل حال کے جملے لکھیے جس میں کام ہوا ہے،ابھی ابھی ہو چکا ہے،اور ہو رہا ہے۔

ایسے جملے جس میں کام ہوا ہے	ایسے جملے جس میں کام ابھی ابھی ہو چکا ہے	ایسے جملے جس میں کام جاری ہے
مثلاً:- راشد جاتا ہے۔	احمد نے نعت پڑھی۔	ہم کھیل رہے ہیں۔

(ii) نظم صبح کی آمد پڑھیے اور ذیل کے سوالوں کے جواب لکھیے ۔

سوال1۔ ''اُٹھو سونے والو کہ میں آرہی ہوں'' اس مصرعہ میں کونسا زمانہ ہے۔

سوال2۔ نظم میں موجود ''فعل حال'' کے جملے لکھیے ۔

جواب:- مثلاً:- سنا رہی ہوں

1. .... 2. .... 3. ....

4. .... 5. ....

SCERT TELANGANA

یہ کتاب حکومت تلنگانہ کی جانب سے مفت تقسیم کے لیے ہے 21-2020

سوال3۔ مندرجہ ذیل مصرعوں کو پڑھیے، دیے گئے جدول میں جواب لکھیے ۔

اذاں پر اذاں مرغ دینے لگا ہے خوشی سے ہر اک جانور بولتا ہے

فاعل	فعل حال
مرغ جانور	

منصوبہ کام

1. مختلف کھلاڑیوں کی تصویریں اکٹھا کیجیے اور اس کا البم بنائیے۔
2. آپ کے علاقہ میں موجود کسی کھلاڑی کے گھر جا کر تفصیلات جمع کیجیے، اپنے کمرہ جماعت میں پڑھ کر سنائیے۔

کیا میں یہ کرسکتا/ کرسکتی ہوں

1. میں سبق کو روانی کے ساتھ پڑھ کر اپنی زبان میں بیان کرسکتا/ کرسکتی ہوں۔ ہاں/نہیں
2. بیڈمنٹن کھیل سے متعلق بیان کرسکتا/ کرسکتی ہوں۔ ہاں/نہیں
3. مختلف کھیلوں سے متعلق بیان کرسکتا/ کرسکتی ہوں۔ ہاں/نہیں
4. میں یہ کھیل استاد کی رہنمائی میں کھیل سکتا/ کھیل سکتی ہوں۔ ہاں/نہیں

SCERT TELANGANA

ماہر نجومی

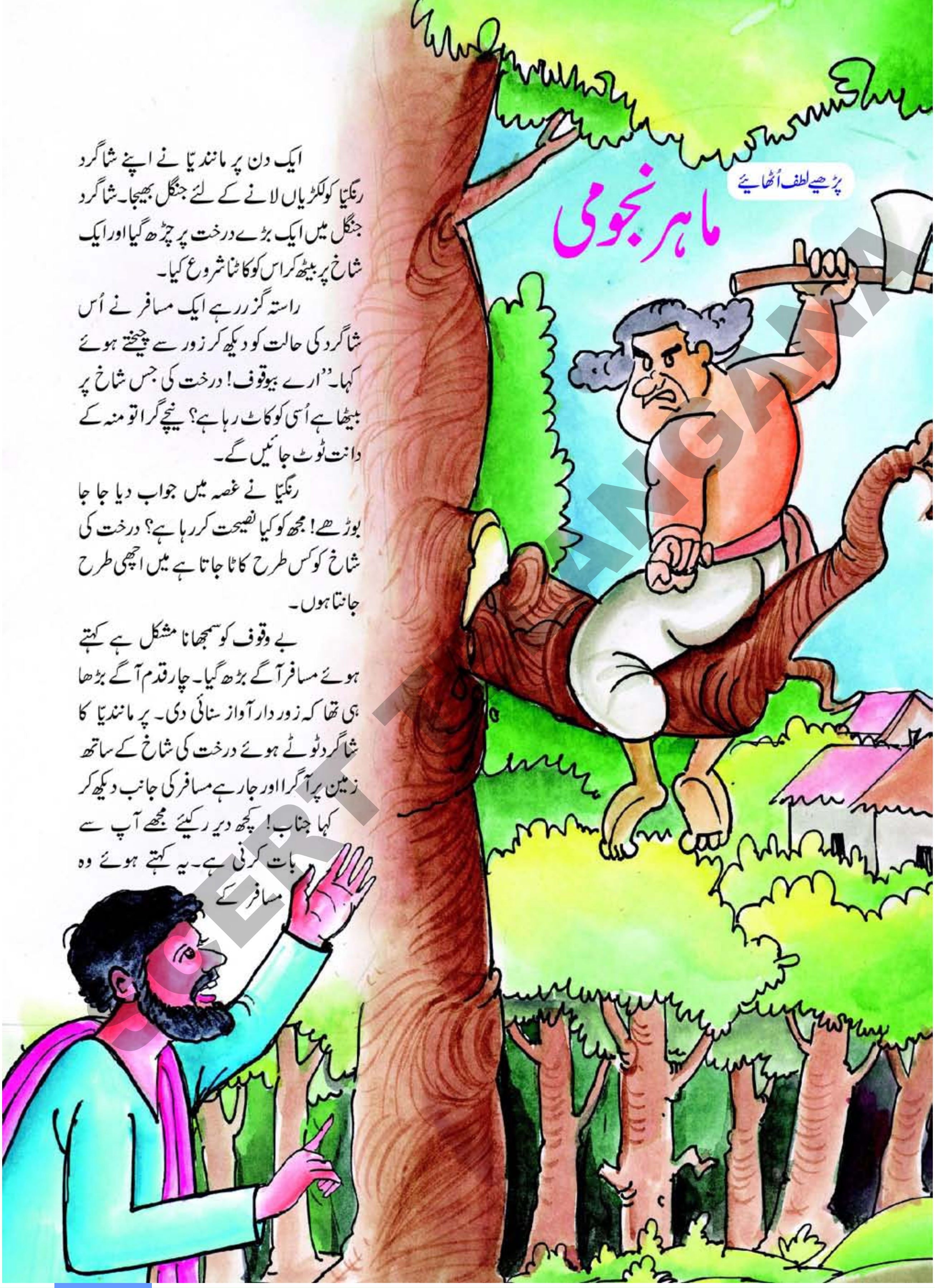
پڑھیے لطف اُٹھایئے

ایک دن پر مانندیا نے اپنے شاگرد رنگیا کو لکڑیاں لانے کے لئے جنگل بھیجا۔ شاگرد جنگل میں ایک بڑے درخت پر چڑھ گیا اور ایک شاخ پر بیٹھ کر اس کو کاٹنا شروع کیا۔

راستہ گزر رہے ایک مسافر نے اُس شاگرد کی حالت کو دیکھ کر زور سے چیختے ہوئے کہا۔ ''ارے بیوقوف! درخت کی جس شاخ پر بیٹھا ہے اُسی کو کاٹ رہا ہے؟ نیچے گرا تو منہ کے دانت ٹوٹ جائیں گے۔

رنگیا نے غصہ میں جواب دیا جا جا بوڑھے! مجھ کو کیا نصیحت کر رہا ہے؟ درخت کی شاخ کو کس طرح کاٹا جاتا ہے میں اچھی طرح جانتا ہوں۔

بے وقوف کو سمجھانا مشکل ہے کہتے ہوئے مسافر آگے بڑھ گیا۔ چار قدم آگے بڑھا ہی تھا کہ زوردار آواز سنائی دی۔ پر مانندیا کا شاگرد ٹوٹے ہوئے درخت کی شاخ کے ساتھ زمین پر آ گرا اور جا رہے مسافر کی جانب دیکھ کر کہا جناب! کچھ دیر رکیئے مجھے آپ سے بات کرنی ہے۔ یہ کہتے ہوئے وہ مسافر کے



SCERT TELANGANA

یہ کتاب حکومت تلنگانہ کی جانب سے مفت تقسیم کے لیے ہے-2020-21

قریب پہنچ گیا اور کہا۔ ''میں نیچے گروں گا یہ آپ نے کس طرح جانا''؟ ہمارے اُستاد سے ہم بہت زیادہ محبت کرتے ہیں۔ آپ بہت بڑے نجومی معلوم ہوتے ہیں۔ لہٰذا یہ بتلائیے کہ ہمارے اُستاد کا انتقال کب ہوگا تاکہ ہم اپنے دلوں کو تھام کر رکھیں۔

بے وقوف شاگرد کی باتوں کو سن کر مسافر محظوظ ہوتے ہوئے کہا۔ ''آپ کے اُستاد کا دل جب حرکت کرنا بند کردے گا تب آپ کے اُستاد کا انتقال ہوجائے گا'' رنگیا دوڑا دوڑا اپنے اُستاد کے پاس پہنچا اور تمام واقعہ کو دُہرایا۔ پرمانندیا کے دل پر ان باتوں کا گہرا اثر ہوا اور کچھ سوچتے ہوئے کہا۔ ''مسافر ضرور کوئی بڑا نجومی معلوم ہوتا ہے۔''

مجھ کو اپنے دل کی حرکت کو جانچتے رہنا چاہئے یہ کہتے ہوئے پرمانندیا اپنے دل پر ہاتھ رکھ کر ٹٹولنا شروع کیا۔ کروٹ بدل ہی رہا تھا کہ پلنگ سے نیچے گر گیا اور اپنے شاگردوں کو آوازیں دینا شروع کردیا۔

شاگردو! آپ تمام میرے قریب آجاؤ۔ مجھ کو چاہنے والی میری بیوی کو بھی بلاؤ اور چیخ کر کہا: ''میرے مرنے کا وقت قریب آچکا ہے۔ میرے دل کی حرکت بند ہوگئی ہے''

تمام شاگرد دوڑتے ہوئے اُستاد کے قریب جمع ہوگئے۔ پرمانندیا کی بیوی شاگردوں کے رونے کی آواز سن کر دوڑی دوڑی آئی۔ پرمانندیا کی آنکھوں میں آنسو تھے وہ کہہ رہے تھے ''میرا آخری وقت آپہنچا ہے''۔

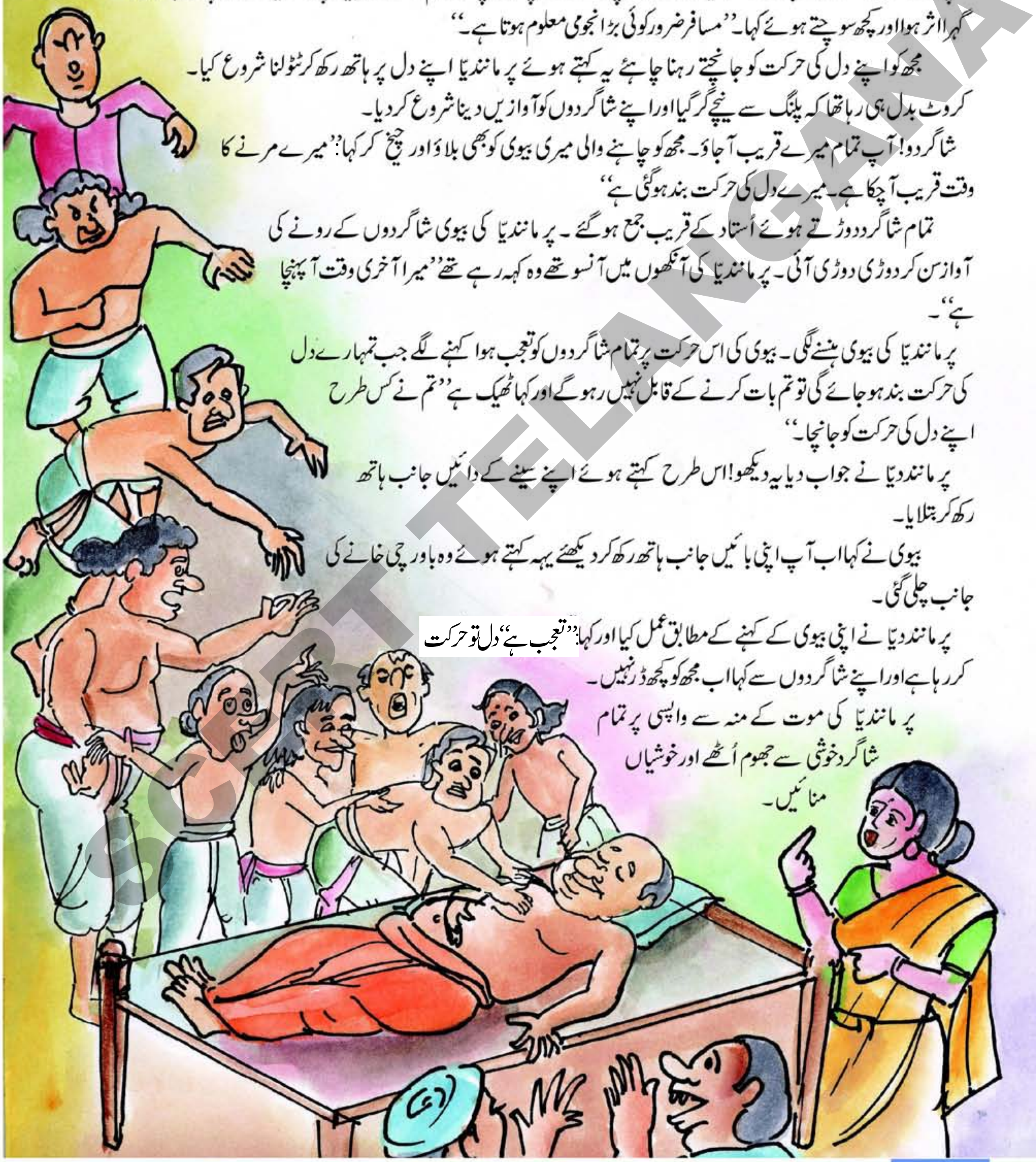
پرمانندیا کی بیوی ہنسنے لگی۔ بیوی کی اس حرکت پر تمام شاگردوں کو تعجب ہوا کہنے لگے جب تمہارے دل کی حرکت بند ہوجائے گی تو تم بات کرنے کے قابل نہیں رہو گے اور کہا ٹھیک ہے ''تم نے کس طرح اپنے دل کی حرکت کو جانچا۔''

پرمانندیا نے جواب دیا یہ دیکھو! اس طرح کہتے ہوئے اپنے سینے کے دائیں جانب ہاتھ رکھ کر بتلایا۔

بیوی نے کہا اب آپ اپنی بائیں جانب ہاتھ رکھ کر دیکھئے یہہ کہتے ہوئے وہ باورچی خانے کی جانب چلی گئی۔

پرمانندیا نے اپنی بیوی کے کہنے کے مطابق عمل کیا اور کہا: ''تعجب ہے'' دل تو حرکت کر رہا ہے اور اپنے شاگردوں سے کہا اب مجھ کو کچھ ڈر نہیں۔

پرمانندیا کی موت کے منہ سے واپسی پر تمام شاگرد خوشی سے جھوم اُٹھے اور خوشیاں منائیں۔



SCERT TELANGANA