

منظم کھیل

(The Organized Games)

فٹ بال (Football):

”فٹ بال“ یا ”ساکر“ (Soccer) دنیا کا مقبول ترین کھیل ہے اور ساری دنیا میں اسے مختلف اشکال کی گیندوں اور طریقوں سے کھیلا جاتا ہے۔ ان سب میں سے ”ایسوسی ایشن فٹ بال“ (Association Football) یا ”ساکر“ زیادہ مشہور و مقبول ہے۔ جس میں گیارہ مرد یا خواتین گیند کو پاؤں سے ”کنک“ (Kick) یا ”ڈریبل“ (Dribble) کرتے ہوئے یا ہاتھوں اور بازوؤں کے علاوہ جسم کے کسی بھی حصے سے کھیلتے ہوئے مخالف کی گول پوسٹوں کے درمیان میں اور ”کراس بار“ (Cross bar) کے نیچے سے گزارنے کی کوشش کرتے ہیں۔ یہ کھیل لمبے اور چھوٹے قدم کے کھلاڑیوں کے لیے یکساں موزوں ہے کیونکہ اس میں کارکردگی کا انحصار ان کی مہارت پر ہے نہ کہ ان کی جسامت پر۔ یہ اندازہ لگایا گیا ہے کہ فٹ بال کا کھلاڑی پورے کھیل کے دوران 12 سے 16 کلومیٹر کا فاصلہ دوڑتا ہے۔ اس کھیل کی شروعات کے متعلق کوئی واضح ثبوت نہیں ملتا لیکن بہت جگہوں پر اس کے ایک ساتھ کھیلے جانے کے شواہد موجود ہیں اور یہ زمانہ قدیم میں کھیلی جانے والی کھیل ”ہارپاسٹرم“ (Harpastrum) کی تبدیلی شدہ شکل یا اس سے ماخذ ہے جس میں ایک بھڑکی سی گول گیند کو ہاتھوں اور پاؤں سے مار کر کھیلا جاتا تھا اور اس میں پورے کے پورے علاقے کی آبادی حصہ لیتی تھی۔ رومی اس کھیل کو اپنے فوجیوں کو فٹ رکھنے کے لئے استعمال کرتے تھے اور جب انہوں نے انگلستان پر دھاوا بولا تو وہ اس کھیل کو بھی اپنے ساتھ وہاں لے گئے۔ یہ خیال کیا جاتا ہے کہ فٹ بال اسی کھیل کی موجودہ شکل ہے اور جب انگریز فوج برصغیر پاک و ہند پر قابض ہوئی تو یہ کھیل ان کے ذریعے یہاں بھی روشناس ہو گیا۔ شروع شروع میں انگریز فوجی آپس میں کھیل کھیل کرتے تھے اور ہندوستانی فوجی جوان اسے دیکھا کرتے تھے اس طرح رفتہ رفتہ یہ کھیل انہوں نے بھی سیکھ لیا اور یہ عوام میں مقبول ہو گیا۔

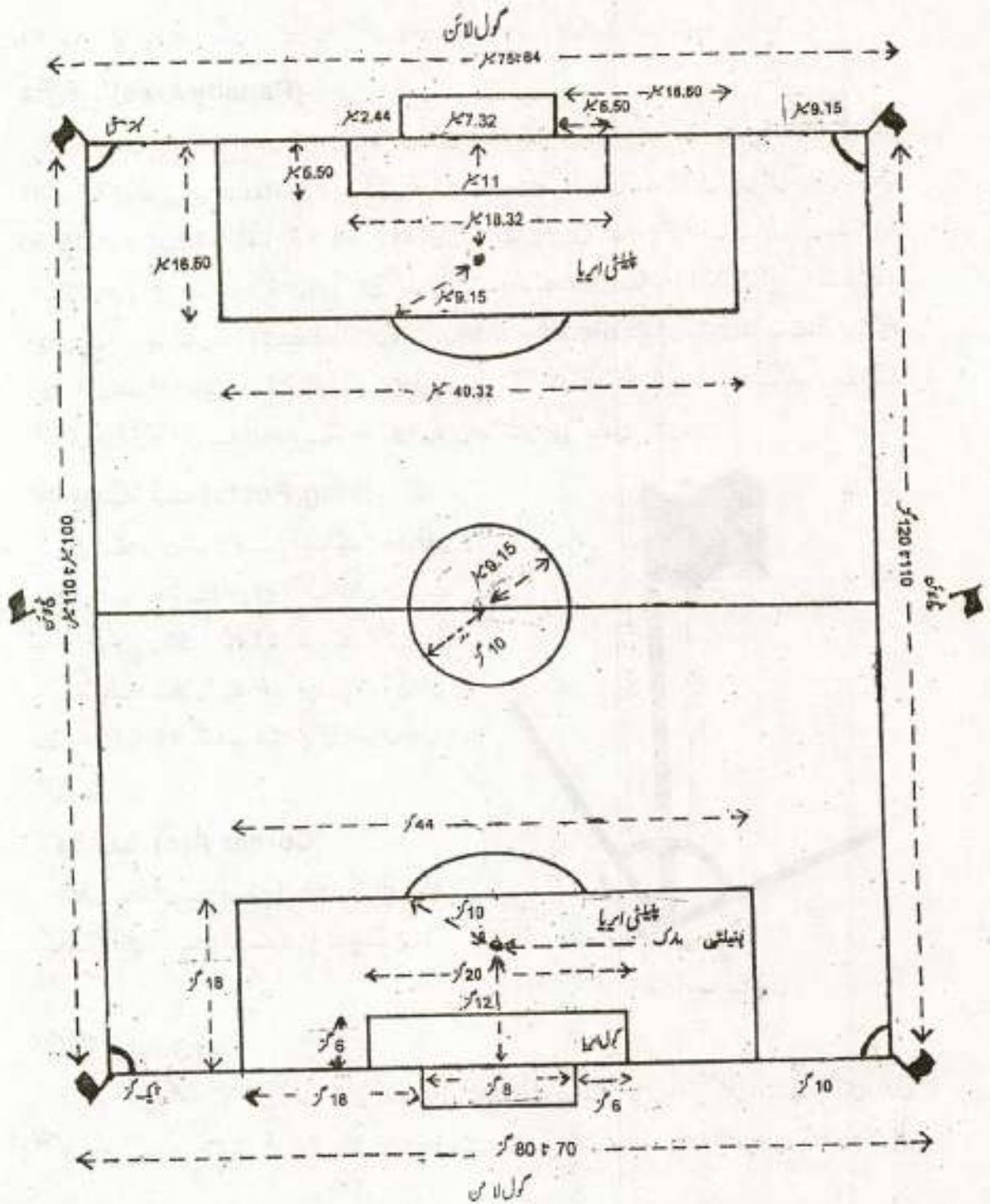
کھیل کا میدان (Playing Ground):

فٹ بال کا میدان مستطیل ہونا لازمی ہے۔ جس کی ”ٹیچ لائنز“ (Touch Lines) کی لمبائی گول لائنز (Goal Lines) سے زیادہ ہوگی۔ اس کی زیادہ سے زیادہ لمبائی 120 میٹر (130 گز) اور کم سے کم 90 میٹر (100 گز) اور چوڑائی زیادہ سے زیادہ 90 میٹر (100 گز) اور کم سے کم 45 میٹر (50 گز) ہوگی۔ بین الاقوامی مقابلوں میں میدان کی لمبائی 110 میٹر (120 گز) سے زیادہ اور 100 میٹر (110 گز) سے کم اور چوڑائی 75 میٹر (80 گز) سے زیادہ اور 64 میٹر (70 گز) سے کم نہیں ہوگی۔

کھیل کے میدان میں نشانات (Field Marking):

کھیل کے میدان کی حد بندی ایسی لکیروں سے کی جاتی ہے جن کی چوڑائی 12 سینٹی میٹر (5 انچ) سے زیادہ نہ ہو۔ انکی لمبائی کے رخ کی لکیروں کو ”ٹیچ لائنز“ جب کہ چوڑائی کی لکیروں کو ”گول لائنز“ کہتے ہیں۔ ”ہاف وے لائن“ (Halfway Line) اسے دو برابر حصوں میں تقسیم کرتی ہے۔ جس کے مرکز میں ”سنٹر مارک“ (Centre Mark) لگایا جاتا ہے۔ ”سنٹر مارک“ کے گرد 9.15 میٹر (10 گز) نصف قطر کا دائرہ لگایا جاتا ہے۔ ہر کونے کی قوس یا ”کارنر آرک“ سے 9.15 میٹر (10 گز) کی ڈوری پر گول لائن کے باہر کی جانب ایک نشان لگایا جائے گا جس کا مقصد یہ ہے کہ ”کارنر کنگ“ کے دوران تمام دفاعی کھلاڑی گیند سے 9.15 میٹر

فٹ بال گراؤنڈ کا خاکہ



”گول ایریا“ (Goal Area):

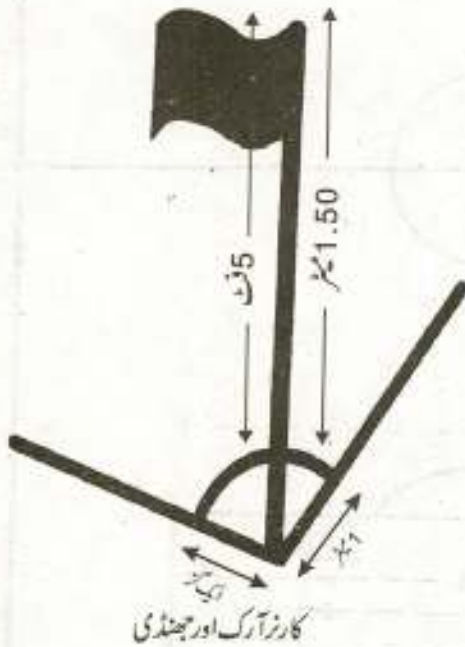
گول پوسٹ کے اندرونی کناروں سے گول لائن پر 5.50 میٹر (6 گز) کے فاصلے پر 5.50 میٹر (6 گز) لمبی لکیریں میدان کے اندر کی طرف عموداً کھینچیں اور ان کے سروں کو گول لائن کے متوازی آپس میں ملا دیں۔ یہ رقبہ 5.50 میٹر X 18.32 میٹر (6 گز X 20 گز) جو کہ ان تین طرفہ لکیروں اور ”گول لائن“ سے گھرا ہوا ہے۔ ”گول ایریا“ کہلاتا ہے۔

پینلٹی ایریا (Penalty Area):

گول پوسٹ کے اندرونی کناروں سے گول لائن پر 16.50 میٹر (18 گز) کے فاصلے پر عموداً 16.50 میٹر (18 گز) لمبی لکیریں میدان کے اندر کی طرف کھینچیں اور ان کے سروں کو ”گول لائن“ کے متوازی آپس میں ملا دیں۔ یہ رقبہ 16.50 میٹر X 40.32 میٹر (18 گز X 44 گز) جو تین طرف سے ان لکیروں سے اور چوتھی طرف سے گول لائن سے گھرا ہوا ہے۔ ”پینلٹی ایریا“ کہلائے گیا۔ ہر ”پینلٹی ایریا“ میں ”گول لائن“ کے وسط سے اور اس کے عموداً 11 میٹر (12 گز) کے فاصلے پر میدان کے اندر ایک نشان لگایا جاتا ہے جسے ”پینلٹی مارک“ (Penalty Mark) کہتے ہیں۔ پینلٹی مارک سے 9.15 میٹر (10 گز) نصف قطر کی ایک قوس پینلٹی ایریا سے باہر لگائی جائے گی تاکہ ”پینلٹی گک“ لگائے جانے کے وقت گک کرنے والے کھلاڑی اور دفاعی گول کیپر کے علاوہ دوسرے تمام کھلاڑی اس قوس اور ”پینلٹی ایریا“ سے باہر رہیں۔

جھنڈیوں کے ڈنڈے (Flag Posts):

کھیل کے میدان میں ہر کونے پر ایک ایک جھنڈی لگائی جائے گی۔ اس کے ڈنڈے کا اوپر کا سر انوکھا دائرہ ہونا چاہیے اور اس کی اونچائی 1.50 میٹر (5 فٹ) سے کم نہیں ہونی چاہیے۔ ”ہاف وے لائن“ کے دونوں سروں پر، مگر ”سٹیج لائن“ سے کم از کم 1 میٹر (1 گز) کے فاصلے پر بھی جھنڈیاں لگائی جا سکتی ہیں۔



”کارنر آرک“ (Corner Arc):

کھیل کے میدان کے ہر کونے پر 1 میٹر (1 گز) نصف قطر کے ایک چوتھائی دائرے میدان کے اندر لگائے جاتے ہیں۔

”گولز“ (Goals):

گول دو کھمبوں یا ”آپ رائٹ پوسٹس“ (Upright Posts) اور ایک ”کراس بار“ پر مشتمل ہوتا ہے اور انہیں دونوں ”گول لائنز“ کے درمیان میں اس طرح لگایا جاتا ہے کہ ان کے سببے میدان کے کونوں سے ایک برابر فاصلے پر ہوں۔ کھمبوں کا درمیانی

فاصلہ 7.32 میٹر (8 گز) ہوتا ہے۔ ”کراس باز“ کی چٹلی سطح کی اونچائی زمین سے 2.44 میٹر ہوگی۔ ”گول پوسٹ“ اور ”کراس باز“ کی گہرائی اور چوڑائی ایک جیسی ہی ہونی چاہیے اور یہ کسی بھی صورت میں 12 سینٹی میٹر (5 انچ) سے زیادہ نہ ہو۔ گول لائن کی چوڑائی بھی ”گول پوسٹ“ اور ”کراس باز“ کی چوڑائی کے برابر ہونی چاہیے۔ ”گول پوسٹ“ اور ”کراس باز“ کے پیچھے جال اس طرح لگائے جائیں کہ ”گول کیپر“ آزادانہ حرکت کر سکے۔ گول کھڑی، دھات یا کسی بھی موزوں مادے اور کسی بھی شکل کے بنائے جاسکتے ہیں، یعنی پکڑ، گول، مستطیل یا بیضوی وغیرہ۔ ان کا رنگ سفید ہونا لازمی ہے۔ کھلاڑیوں کی سلامتی اور حفاظت کے پیش نظر انہیں زمین میں مضبوطی سے پیوست کیا جائے گا۔

گیند (Ball):

یہ شکل میں گول ہے اور چمڑے یا کسی موزوں مادے کا بنا ہوا ہوتا ہے۔ اس کا وزن 410 گرام (14 اونس) سے 450 گرام (16 اونس) تک ہو سکتا ہے اور محیط 68 سینٹی میٹر (27 انچ) سے لے کر 70 سینٹی میٹر (28 انچ) تک ہوتا ہے۔ کھیل کے دوران صرف ریفری کی اجازت سے ہی گیند تبدیل کیا جاسکتا ہے۔ دوران کھیل اگر گیند نا کارہ ہو جائے یا پھٹ جائے تو کھیل کا دوبارہ اسی جگہ پر نیا گیند دونوں ٹیموں کے درمیان گرا کر کیا جائے گا۔

کھلاڑی (Player):

ہر ایک ٹیم میں زیادہ سے زیادہ گیارہ کھیلنے والے کھلاڑی ہوں گے۔ جن میں سے ایک گول کیپر ہوگا۔ مچھ اس وقت تک شروع نہیں ہو سکتا جب تک کہ دونوں ٹیموں کے کم از کم سات سات کھلاڑی موجود نہ ہوں اور کھیل اس وقت ختم کر دیا جائے گا جب کسی ٹیم کے کھلاڑی سات سے کم ہو جائیں۔

کھلاڑی تبدیل کرنا (Substitution):

بین الاقوامی فٹ بال فیڈریشن کے زیر اہتمام ہونے والے ٹورنامنٹس میں ہر ٹیم کو ایک مچھ میں تین کھلاڑی تبدیل کرنے کی اجازت ہوتی ہے۔ لیکن دوسرے مقابلوں میں ہر مچھ میں تین سے سات کھلاڑی تبدیل کرنے کی اجازت ہے۔ یہ تنظیمیں پر منحصر ہے کہ دو کتنے کھلاڑیوں کو تبدیل کرنے کی اجازت دیتے ہیں۔

کھلاڑی تبدیل کرنے کا طریقہ (Substitution's Method):

تبدیل کئے جانے والے کھلاڑیوں کے نام مچھ شروع ہونے سے پیشتر ریفری کو دیئے جانے ضروری ہیں۔ جب اور جس کھلاڑی کو تبدیل کرنا مقصود ہو۔ ریفری کو اس امر کی اطلاع پیشگی دینا لازمی ہے۔ کھلاڑی صرف اس صورت میں میدان میں داخل ہو سکتا ہے جب ریفری کھلاڑی کو اندر آنے کا اشارہ کرے۔ متبادل کھلاڑی ”ہاف وے لائن“ کے نزدیک سے گراؤنڈ میں داخل ہوگا۔ تبدیل شدہ کھلاڑی کھیل میں دوبارہ شامل نہیں کیا جاتا اور نہ ہی کھیل کے بقیہ دورانہ میں اس کے متبادل کو تبدیل کیا جاسکتا ہے۔ ریفری کو پیشگی اطلاع دینے کے بعد ٹیم کا کوئی بھی کھلاڑی بطور ”گول کیپر“ تبدیل ہو سکتا ہے۔ ریفری کی اجازت کے بغیر اگر کوئی متبادل کھلاڑی کھیل کے میدان میں داخل ہو جائے یا کوئی کھلاڑی بطور گول کیپر تبدیل ہو جائے تو ضابطہ حکم کھلاڑی کو انتہا کرنے کے ساتھ

ساتھ پیلا کارڈ بھی دکھایا جائے گا۔ اس کے بعد کھیل کا اجراء اس جگہ پر گیند کو دونوں ٹیموں کے درمیان گرا کر کیا جائے گا۔

کھلاڑیوں کا ساز و سامان (The Players' Equipment):

کھلاڑیوں کے لئے لازمی ہے کہ وہ جرسی یا قمیض، ٹیکر، لمبی جرابیں، "شن گارڈ" (Shin Guard) اور بوٹ پہن کر کھیلیں۔ کھلاڑی کوئی ایسی چیز پہن کر کھیل میں حصہ نہیں لے گا جو دوسروں کیلئے خطرناک ہو (اس میں ہر قسم کے زیورات بھی شامل ہیں) "ہنگا رڈ" پوری طرح جرابوں سے ڈھکے ہونے چاہئیں اور یہ ربن، پلاسٹک یا ایسے ہی کسی موزوں مادے کے بنے ہوئے ہوں تاکہ کھلاڑی کو چوٹ سے بچاسکیں۔ گول کیپر کے لباس کا رنگ دیگر کھلاڑیوں، ریفری اور اسٹنٹ ریفری سے مختلف ہونا چاہیے۔ اس ضابطہ کی خلاف ورزی کی صورت میں جب بھی کھیل وقتی طور پر رُکے تو ریفری متعلقہ کھلاڑی کو کھیل کے میدان سے اس وقت تک کے لیے باہر بھیج دے گا جب تک وہ اپنا پہناوا متعین کر دے ضوابط کے مطابق درست نہ کر لے۔ ایسا کھلاڑی ریفری کی اجازت کے بغیر کھیل میں دوبارہ شامل نہیں ہو سکتا۔ اس سلسلے میں اگر ریفری کسی کھلاڑی کو متنبہ کرے اور اس کے ساتھ ساتھ پیلا کارڈ بھی دکھائے تو اس صورت میں کھیل کا اجراء مخالف ٹیم بالواسطہ گک (Indirect Kick) سے کرے گی۔

"آفیشلز" اور ان کے فرائض (Officials: Duties):

ریفری (Referee):

ہر میچ کے لئے ایک ریفری کا تقرر ضروری ہے۔ اس کے فرائض میں کھیل کے ضوابط کو نافذ کرنا اور متنازعہ امور پر فیصلہ دینا شامل ہے۔ ریفری کا فیصلہ نااطق سمجھا جاتا ہے۔ وہ نائب ریفریوں کی مدد سے میچ کو کنٹرول کرتا ہے۔ کھیل شروع ہونے سے پہلے وہ اس بات کی تسلی کرتا ہے کہ کھلاڑیوں کے لباس اور کھیل میں استعمال ہونے والے گیند ضوابط کے مطابق ہیں۔ وہ کھیل کے دوران یہ کے وقت کا حساب رکھے گا۔

☆ کھیل میں بیرونی مداخلت یا ناسازگار حالات کی بنا پر کھیل کو وقتی طور پر روک سکتا ہے یا معطل کر سکتا ہے۔

☆ اگر کوئی کھلاڑی زخمی ہو جائے تو وہ کھیل کو وقتی طور پر بند کر کے اسے میدان سے باہر بھیجنے کا بندوبست کرے گا، لیکن اگر کھلاڑی زیادہ زخمی نہیں ہوا تو وہ سیٹی بجانے میں اس وقت تک تاخیر کرے گا جب تک کہ کھیل وقتی طور پر خود بخود رُک نہ جائے، لیکن اگر کسی کھلاڑی کو ہڈت سے چوٹ لگ جائے یا اس کا خون بہہ رہا ہو تو ابتدائی طبی امداد کیلئے جتنی بھی جلدی ممکن ہو۔ اسے کھیل کے میدان سے باہر لے جایا جائے۔

☆ ضابطہ ضمنی کو اس وقت تک نظر انداز کر دینا جب تک وہ سمجھے کہ اس سے ضابطہ ضمنی سے مخالف ٹیم کو فائدہ پہنچ رہا ہو لیکن اگر یہ ایسا ثابت نہ ہو پائے تو وہ اصل بے ضابطگی کی سزا دے گا۔

☆ ضابطہ ضمنی کی سنگینی اور نوعیت کی بنا پر کھلاڑی کو متنبہ کرنے کے علاوہ کھیل سے باہر بھیج دینا ہے لیکن یہ ضروری نہیں کہ وہ اس پر فوری عمل درآمد کرے بلکہ اسے اس میں اس وقت تک تاخیر کرنا چاہیے جب تک کہ کھیل وقتی طور پر رُک نہ جائے۔

☆ وہ کسی ایسے آفیشلز کے خلاف تادیبی کارروائی کرنے کا اختیار رکھتا ہے جو اپنے فرائض صحیح انداز اور غیر جانبداری سے ادا نہ کر رہا

ہو۔ وہ اسے علاقہ بدر بھی کر سکتا ہے۔

- * کسی بھی ایسے واقعہ کو جسے وہ خود دیکھ نہ پایا ہو تو وہ اسسٹنٹ ریفری کے مشورہ پر عمل کر سکتا ہے۔
- * وہ کسی بھی غیر متعلقہ شخص کو کھیل کے میدان میں داخل ہونے نہیں دے گا۔
- * کھیل کے اختتام پر متعلقہ ارباب اختیار کو کھیل کی رپورٹ جس میں کسی کھلاڑی یا ٹیم آفیشل کو نامناسب رویہ کی بنا پر دی گئی سزا یا کوئی اہم واقعہ جو کھیل سے پہلے، دوران میں یا اس کے بعد پیش آیا ہو لکھ کر دے گا۔
- * ریفری کا کھیل سے متعلقہ فیصلہ حتمی ہوتا ہے، تاہم کھیل کے دوبارہ اجراء سے پہلے اگر وہ محسوس کرے کہ اس کا فیصلہ حقیقت پر مبنی نہیں تھا تو وہ اسے تبدیل کرنے میں با اختیار ہے۔

”اسسٹنٹ ریفری“ (Assistant Referee):

- * کھیل میں دو اسسٹنٹ ریفریز مقرر کیے جاتے ہیں۔ ان دونوں کے پاس ایک ایک جھنڈی ہوگی۔ وہ کھیل کے دوران سرزد ہونے والی بے ضابطگیوں کی نشاندہی جھنڈی کے مخصوص اشاروں سے کریں گے۔ ان کے فرائض میں مندرجہ ذیل امور میں ریفری کی معاونت کرنا ہے، لیکن ریفری کے لیے یہ ضروری نہیں کہ وہ انکے ہر فیصلے اور مشورے کو قبول کرے۔
- * گیند کھیل کے میدان سے باہر چلے جانے کی صورت میں اس امر کی نشاندہی کرنا کہ ”کارنر کک“ ”گول کک“ یا ”تھر وان“ کس ٹیم نے کرنا ہے۔

* ”آف سائڈ“ کے ضابطے کے نفاذ میں ”ریفری“ کی مدد کرنا۔

* ریفری کو اس امر سے مطلع کرنا کہ کوئی ٹیم کھلاڑی تبدیل کرنے کی خواہش مند ہے۔

* کھیل کے دوران بدتمیزی یا بداخلاقی کا مظاہرہ یا کسی ایسے واقعہ کی نشاندہی کرنا جسے ریفری دیکھ نہ پایا ہو۔

* اگر کوئی ”اسسٹنٹ ریفری“ کھیل میں غیر ضروری دخل دے یا بداخلاقی کا مظاہرہ کرے تو ریفری اس کو اس کی ذمہ داریوں سے فارغ کرنے کا اختیار رکھتا ہے اور اس کے خلاف متعلقہ ارباب اختیار کو اس امر کی رپورٹ بھی کرے گا۔

کھیل کا دورانیہ (Duration of Game):

* کھیل 45 منٹ کے دو برابر حصوں پر مشتمل ہوگا، تاہم دونوں ٹیمیں اور ریفری باہمی مشاورت سے کھیل کا وقت کم کر سکتے ہیں، لیکن ایسا فیصلہ کھیل شروع ہونے سے پہلے ہی کیا جانا ضروری ہے۔

* نصف وقت گزرنے پر 15 منٹ سے زیادہ کا وقفہ نہیں دیا جاسکتا۔ البتہ جو وقت کسی حادثہ، کھلاڑی کی تبدیلی، زخمی کھلاڑی کی دیکھ بھال یا کسی دوسری وجہ سے ضائع ہوا ہو، اسے اسی نصف حصہ میں شامل کیا جائے گا جس میں وہ وقت ضائع ہوا تھا۔ اس وقت کے دوران یہ کا تعین کرنا ریفری کی صوابدید پر منحصر ہوتا ہے۔

* میچ کے اختتام یا وقفہ پراگ پینٹلی کک لگنے والی ہوتو اسے پورا کرنے کے لیے وقت میں توسیع کر دی جائے گا۔

* اگر معمول کے وقت میں میچ کا فیصلہ نہ ہو سکے تو دو برابر اضافی وقت مزید کھیلے جائیں گے۔

کھیل کا آغاز اور دوبارہ اجرا (Start and Restart of Play):

جو ٹیم ٹاس جیت جائے اسے حق حاصل ہے کہ وہ کوئی سی سمت لے لے، جبکہ دوسری ٹیم ”کک آف“ کے ذریعے کھیل شروع کرے گی۔

☆ نصف وقت گزرنے پر وقفے کے بعد ٹیمیں اپنی اپنی سمت تبدیل کر لیں گی اور جس ٹیم نے ٹاس جیتا تھا وہ دوسرے نصف حصہ میں ”کک آف“ سے کھیل کا آغاز کرے گی۔

☆ مندرجہ ذیل صورتوں میں کھیل کا آغاز اور دوبارہ اجرا ”کک آف“ سے کیا جاتا ہے۔ کھیل کے پہلے اور دوسرے نصف حصہ یا اضافی حصہ کے شروع میں اور گول ہونے پر ”کک آف“ سے براہ راست گول ہو سکتا ہے۔

☆ ”کک آف“ سے پہلے ہر ایک کھلاڑی اپنے نصف حصہ میدان میں ہوگا۔ گیند ”سنٹر مارک“ پر ساکن رکھ دی جاتی ہے اور ریفری کے اشارہ کے بعد ”کک“ سامنے کی جانب لگائی جائے گی۔

☆ کک لگانے والا کھلاڑی اگر گیند کو کسی دوسرے کھلاڑی کے کھینے سے پہلے خود ہی دوبارہ کھیل لے تو اس جگہ پر جہاں یہ واقعہ پیش آیا ہو مخالف ٹیم کو بالواسطہ فری کک (Indirect Free Kick) دی جائے گی۔ کک آف کے وقت اگر کوئی اور بے ضابطگی سرزد ہو جائے تو کک دوبارہ لگائی جائے گی۔

☆ کک آف لگانے والا کھلاڑی گیند کو کسی دوسرے کھلاڑی کے کھینے سے پہلے دوبارہ کھیل نہیں سکتا۔

☆ گول ہو جانے کی صورت میں جس ٹیم کے خلاف گول ہوا ہو۔ اسی ٹیم کا کوئی کھلاڑی کھیل کا آغاز ”کک آف“ سے کرے گا۔

”ڈراپ بال“ (Dropped Ball):

اگر کھیل جاری ہو اور اسے عارضی طور پر روکا جائے تو کھیل کو دوبارہ شروع کرنے کے لیے ریفری گیند کو اس جگہ پر دو مخالف کھلاڑیوں کے درمیان گرائے گا جہاں پر یہ کھیل روکنے کے وقت تھا۔ کھیل اس وقت جاری ہو جاتا ہے جب گیند زمین کو چھو لے۔

مندرجہ ذیل صورتوں میں گیند کو دوبارہ اسی جگہ پر گرایا جائے گا۔ جب:

1- گیند زمین پر لگنے سے پیشتر اگر کوئی کھلاڑی اسے چھو لے۔

2- گیند زمین پر لگنے کے بعد اگر یہ کسی کھلاڑی کے کھینے سے پیشتر ہی گراؤنڈ سے باہر چلا جائے۔

خصوصی حالات (Special Circumstances):

☆ اگر دفاعی ٹیم کو اپنے گول ایریا میں ”فری کک“ ملے تو وہ گول ایریا کے اندر کسی بھی جگہ گیند رکھ کر کک لگا سکتی ہے۔

☆ اگر حملہ آور ٹیم کو مخالف ٹیم کے گول ایریا میں سے بالواسطہ فری کک ملے تو وہ ”گول ایریا“ کی اسی لکیر پر جو گول لائن کے متوازی ہے لیکن اس جگہ کے نزدیک سے جہاں بے ضابطگی واقع ہوئی تھی گیند رکھ کر کک کر سکتا ہے۔

☆ اگر کھیل کو اس وقت عارضی طور پر روکا جائے جب کہ گیند ”گول ایریا“ کے اندر کھیلی جا رہی ہو تو کھیل دوبارہ شروع کرنے کے لیے گیند کو ”گول ایریا“ کے اسی لکیر پر جو ”گول لائن“ کے متوازی ہے۔ اسی جگہ کے نزدیک گرایا جائے گا جہاں اس وقت تھا۔

گیند خارج از کھیل کب تصور ہوتی ہے:

جب گیند ہوا میں یا زمین پر کھیل طور پر گول لائن یا بیچ لائن عبور کر جائے یا جب ریفری کھیل روک دے۔

گیند کا کھیل میں شمار ہوتا:

کھیل کے آغاز سے اختتام تک گیند کھیل میں شمار ہوگی۔ جس میں درج ذیل حالات بھی شامل ہیں۔

☆ جب گیند ریفری یا اسسٹنٹ ریفری کو لگ کر واپس میدان میں آ جائے بشرطیکہ وہ کھیل کے میدان کے اندر ہوں یا

☆ جب گیند کر اس بار گول پوسٹ یا کونے کی جھنڈیوں سے لگ کر واپس میدان میں آ جائے۔

گول کب دیا جاتا ہے:

☆ جب صحیح طور پر کھیلا ہوا گیند مکمل طور پر گول پوسٹ کے درمیان اور کر اس بار کے نیچے سے گول لائن کو ہوا میں یا زمین پر سے عبور کر

جائے تو گول دیا جائے گا جو ٹیم زیادہ گول کرے گی۔ وہ جیتی ہوئی تصور ہوگی۔ دونوں میں سے اگر کوئی ٹیم بھی گول نہ کر سکے یا

کھیل کے اختتام پر گول کی تعداد یکساں ہو تو کھیل برابر تصور ہوگا۔ ایسے میچ کے نتائج کے حصول کیلئے دو برابر اضافی حصوں کا

کھیل یا کوئی اور طریقہ کار اپنایا جاسکتا ہے۔

”آف سائیڈ“ (Off Side):

”آف سائیڈ“ پوزیشن میں ہونا بذات خود کوئی بے ضابطگی نہیں۔ کھلاڑی اس وقت ”آف سائیڈ“ گردانا جاتا ہے، جب

دو مخالف کھلاڑیوں اور گیند کی نسبت ان کی گول لائن کے زیادہ قریب ہو۔ کھلاڑی درج ذیل صورتوں میں ”آف سائیڈ“ تصور

نہیں ہوتا۔

☆ جب وہ میدان کے اپنے نصف حصہ میں ہو۔ یا

☆ وہ آخری دو دفاعی کھلاڑیوں کے برابر اور ایک ہی سیدھ میں ہو۔ یا

☆ اس نے گیند براہ راست ”گول کک“، ”کارز کک“ یا ”تھر وان“ سے حاصل کی ہو۔ کھلاڑی اس وقت تک سزا کا مستحق نہیں ہوگا

جب تک کہ وہ کھیل میں مداخلت نہ کرے، مخالف کھلاڑی کی کھیل میں خلل نہ ڈالے یا آف سائیڈ پوزیشن میں ہونے کا فائدہ نہ

اٹھا رہا ہو۔

سزا: مخالف ٹیم کو اسی جگہ سے جہاں بے ضابطگی ہوئی ہو بالواسطہ فری کک دی جائے گی۔

کھلاڑی کے ”آف سائیڈ“ میں فیصلہ کن امر یہ ہے کہ کھلاڑی اس وقت کس جگہ پر تھا جب گیند کھیلی گئی تھی نہ کہ اس وقت کہاں

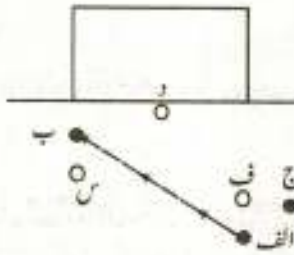
ہے جہاں اس نے گیند حاصل کی۔ آف سائیڈ کی وضاحت درج ذیل خاکے کرتے ہیں۔

نشانات واضح کریں:

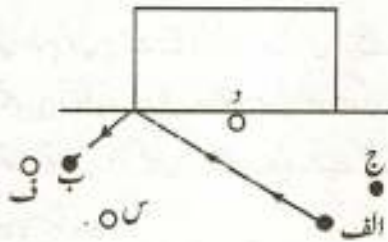
• حملہ آور کھلاڑی (الف، ب اور ج)

• دفاعی کھلاڑی (د، ف اور س)

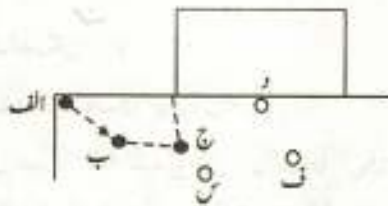
----- گیند کا راستہ



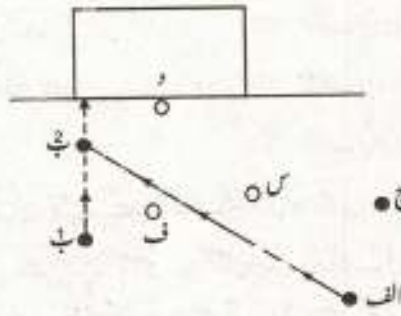
(i) - ”ب آف سائیڈ“ ہے، کیونکہ ’ب‘ اور گول لائن کے درمیان دو مخالفین نہیں ہیں۔



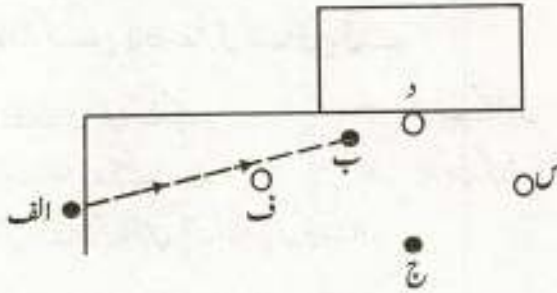
(ii) - ’ب آف سائیڈ‘ ہے کیونکہ ’ب‘ نے ’الف‘ سے ایسی گیند حاصل کی جو سب سے لگ کر پٹی تھی، گیند کا سبب یا کر اس بار کو لگ کر پلٹنا براہ راست پاس تصور ہوتا ہے اور اس وقت دو مخالفین ’ب‘ کی نسبت اپنی گول لائن کے نزدیک تر نہ تھے۔



(iii) - الف نے ”کارنر کک“ لگائی جو کہ ’ب‘ نے وصول کی۔ قانون کے تحت ’ب‘ آف سائیڈ نہیں ہے کیونکہ اس نے براہ راست کارنر کک سے گیند حاصل کی لیکن جب ’ب‘ نے گول کے لیے لگ لگائی تو راستے میں اسی کے ساتھی ’ج‘ نے مزید کک لگادی تو ’ج‘ ”آف سائیڈ“ قرار دیا جائے گا کیونکہ گیند آخری مرتبہ اس کے اپنے ساتھی نے کھیلی تھی اور اس وقت اس کے اور گول لائن کے درمیان دو سے کم مخالف کھلاڑی تھے۔



(iv) - الف گیند کو کھیلتے ہوئے آگے بڑھتا ہے اور پھر مخالفین 'س' اور 'ف' کے درمیان سے گیند کو 'ب' کی طرف لگ کر دیتا ہے۔ 'ب' آف سائیڈ نہیں ہے کیونکہ جب الف نے گیند کو لگ کیا تھا 'ب' پوزیشن نمبر 1 پر تھا یعنی گیند کے پیچھے تھا اور دو مخالفین اس کے اور گول لائن کے درمیان تھے۔



(v) - الف "قہرہ ان" کرتا ہے اور گیند براہ راست 'ب' وصول کرتا ہے۔ 'ب' آف سائیڈ نہیں ہے، حالانکہ وہ گیند سے آگے ہے اور اس کے گول لائن کے درمیان کم از کم دو مخالف کھلاڑی بھی نہیں کیونکہ "قہرہ ان" سے براہ راست حاصل کردہ گیند سے کھلاڑی آف سائیڈ نہیں ہوتا۔

"فاؤلز" (Fouls)

یہ ایسی بے ضابطگی یا ناشائستگی طرز عمل ہے جن کا مرتکب ہونے کے وقت اگر کھلاڑی لا پرواہی، بے پناہ شدت یا غیر محتاط انداز کا مظاہرہ کرے تو مخالف ٹیم کو اس جگہ پر سے بلا واسطہ "فری کک" دی جاتی ہے لیکن اگر دفاعی ٹیم سے ان میں سے کوئی بھی فاؤل اپنے "پینالٹی ایریا" میں سرزد ہو جائے تو مخالف ٹیم کو "پینالٹی کک" دی جاتی ہے۔

☆ مخالف کھلاڑی کو کک کرنا مارنا یا کک کرنے کی کوشش کرنا۔ ☆ مخالف کھلاڑی کو اڑھکاٹنا یا اڑھکاٹنے کی کوشش کرنا۔

- ☆ مخالف کو مارنا یا مارنے کی کوشش کرنا۔
- ☆ مخالف پر خطرناک طریقہ سے حملہ کرنا۔
- ☆ مخالف پر کودنا۔
- ☆ مخالف کو دھکا دینا یا ہاتھوں سے دھکیلنا۔
- ☆ مخالف کو پکڑنا۔
- ☆ گیند حاصل کرنے کی کوشش میں گیند کو کھینے سے پہلے مخالف کھلاڑی کو دھکا دینا۔
- ☆ گیند کو ارادنا ہاتھ لگانا (البتہ گول کیپر کو اپنے ”پینٹی ایریا“ میں گیند کو ہاتھ لگانے کی رعایت حاصل ہے)۔
- ☆ اگر ”گول کیپر“ درج ذیل فاؤلز اپنے ”پینٹی ایریا“ میں کرے تو مخالف ٹیم کو بلاواسطہ ”فری کک“ دی جاتی ہے:
 - i- ہاتھ میں پکڑے ہوئے گیند کو چھوڑنے سے پہلے چار قدموں سے زیادہ قدم لے۔
 - ii- گیند کو ایک دفعہ پھینک دینے کے بعد اور کسی دوسرے کھلاڑی کے کھینے سے پہلے پھر سے اسے پکڑ لے۔
 - iii- اگر اس کے ساتھی کھلاڑی نے ارادنا گیند اسکی طرف کک کیا ہو اور وہ اسے پکڑ لے۔
 - iv- اپنے ساتھی کا ”قرود ان“ کیا ہو اور براہ راست گیند کسی دوسرے کھلاڑی کے کھینے سے پیشتر پکڑ لے۔
 - v- دیدہ دانستہ وقت کا ضیاع کرے۔

مندرجہ ذیل فاؤلز کرنے پر بلاواسطہ فری کک دی جاتی ہے۔

- ☆ ایسا کھیل کھیلنا جسے ریفری خطرناک سمجھے۔
- ☆ مخالف کے کھیل میں جان بوجھ کر مداخلت کرنا۔
- ☆ ”گول کیپر“ کو پکڑا ہوا گیند پھینکنے نہ دینا۔
- ☆ ایسا کوئی بھی اور قائل کرنا جسکا ذکر اوپر نہ کیا گیا ہو۔
- ☆ گول کیپر پر اس وقت حملہ کرنا جس وقت اسکے پاس گیند نہ ہو۔

تادیبی کارروائی (Cautionable Offence):

- درج ذیل سات بے ضابطگیوں پر کھلاڑی کو متنبہ کرنے کے ساتھ ساتھ چیلہ کارڈ بھی دکھایا جاتا ہے۔
- ☆ کھلاڑی کا غیر شایان شان رویہ اپنانا۔
 - ☆ زبانی یا عملی طور پر اختلاف رائے کا مظاہرہ کرنا۔
 - ☆ بار بار ضابطہ شکنی کا مرتکب ہونا۔
 - ☆ کھیل میں جان بوجھ کر تاخیر کرنا۔
 - ☆ کھیل کے شروع میں یا ”کارنر کک“ کے دوران مطلوبہ ابتدائی فاصلے 9.15 میٹر (10 گز) کی پرواہ نہ کرنا۔
 - ☆ ”ریفری“ کی اجازت کے بغیر کھیل کے میدان میں داخل ہو جانا۔
 - ☆ کھیل کے میدان سے جان بوجھ کر باہر چلے جانا۔

مندرجہ ذیل ”فاؤلز“ کی بنا پر کھلاڑی کو سرخ رنگ کا کارڈ دکھانے کے علاوہ کھیل سے خارج کر دیا جاتا ہے:

- ☆ خلاف قاعدہ کھیل کا ذمہ دار ہونا۔
- ☆ تشدد آمیز اور جارحانہ کھیل کا مظاہرہ کرنا۔
- ☆ کھیل کے قواعد کی بار بار خلاف ورزی کرنا۔
- ☆ مخالف کھلاڑی یا کسی دوسرے شخص پر تھوکانا۔
- ☆ متوقع ”گول“ کو روکنے کیلئے گیند کو ہاتھ سے پکڑ لینا (یہ ضابطہ ”گول کیپر“ پر اپنے ”پینٹی ایریا“ میں لاگو نہیں ہوتا)۔

☆ بدزبانی، گالی گلوچ یا توہین آمیز رویہ اپنانا۔ ☆ کھلاڑی کو دوسری بار متنبہ کیا جاتا۔

”فری ککس“ (Free Kicks):

پیدو قسم کی ہوتی ہیں۔

i- بلا واسطہ (Direct) ii- بالواسطہ (Indirect)

i- بلا واسطہ فری کک (Direct Free Kick):

اس سے کک کیا ہوا گیند اگر براہ راست مخالف کے گول میں چلا جائے تو گول شمار کیا جاتا ہے، لیکن اگر کھلاڑی اپنے ہی گول میں بھیج دے تو مخالف ٹیم کو ”کارنر کک“ دی جاتی ہے۔

ii- بالواسطہ فری کک (Indirect Free Kick):

اس کک سے پیشتر ریفری اپنا بازو اٹھا کر اس کا اشارہ دیتا ہے۔ وہ اپنا بازو اسی حالت میں اس وقت تک رکھتا ہے جب تک کہ کک لگ نہیں جاتی اور گیند کسی دوسرے کھلاڑی سے چھو نہ جائے یا کھیل میں نہ رہے۔

بالواسطہ ”فری کک“ سے اس وقت تک گول نہیں ہو سکتا جب تک کہ گیند کو گول میں داخل ہونے سے پیشتر کسی دوسرے کھلاڑی نے چھو نہ لیا ہو، لیکن اگر اس کک سے براہ راست گول کر دیا جائے تو اسے شمار نہیں کیا جاتا بلکہ مخالف ٹیم کو گول کک دی جاتی ہے، اگر اس کک کے ذریعے براہ راست گول اپنے ہی گول میں کر دیا جائے تو کارنر کک دی جاتی ہے۔

دفاعی ٹیم کا اپنے پینلٹی ایریا میں سے بلا واسطہ یا بالواسطہ ”فری کک“ کرنا:

☆ جب تک گیند کو کک کیا نہیں جاتا تمام مخالف کھلاڑی ”پینلٹی ایریا“ سے باہر گزرتے ہیں۔ کم از کم 9.15 میٹر (10 گز) کے فاصلے پر رہیں گے۔ گیند اس وقت کھیل میں تصور ہوگا جب یہ پینلٹی ایریا سے باہر چلا جائے۔

☆ ”گول ایریا“ میں سے کسی جانے والی فری کک کسی بھی جگہ گیند کو رکھ کر لگائی جاسکتی ہے۔

حملہ آور ٹیم کا بالواسطہ ”فری کک“ کرنا:

تمام مخالف کھلاڑی گیند سے 9.15 میٹر (10 گز) کے فاصلے پر ہوں گے۔ ماسوائے جب کہ وہ اپنے گول کے اندر گول لائن پر کھڑے ہوں۔ جو نبی گیند حرکت کرتا ہے تو کھیل میں تصور ہو جاتا ہے۔ جب گول ایریا میں سے کک لگائی جائے تو گیند کو ”گول ایریا“ کی اس کیپر پر جو ”گول لائن“ کے متوازی ہے اور اس جگہ کے نزدیک سے جہاں بے ضابطگی ہوئی ہو رکھ کر کک لگائی جاتی ہے۔

☆ ”فری کک“ لگانے کے وقت اگر مخالف کھلاڑی 9.15 میٹر (10 گز) سے کم فاصلے پر ہو تو کک دوبارہ لگوائی جائے گی۔

☆ کک کرنے والا کھلاڑی کسی دوسرے کھلاڑی کے گیند کو کھیلنے سے پیشتر اسے دوبارہ کھیل لے تو اگر کھلاڑی ایسی

بے ضابطگی جان بوجھ کر کرتا ہے تو اس کی مخالف ٹیم کو بلا واسطہ فری کک دی جائے گی اور اگر یہی بے ضابطگی اس ٹیم کے اپنے ”پینلٹی ایریا“ میں ہو تو ”پینلٹی کک“ دی جاتی ہے۔

☆ ”فری کک“ لگانے کے بعد اگر گول کیپر جان بوجھ کر دوسرے کھلاڑیوں کے کھیلنے سے پیشتر خود ہی گیند کو کھیل لے اور اگر یہ

بے ضابطگی اسکے اپنے پینالٹی ایریا میں ہوئی ہو تو اس جگہ سے بالواسطہ فری کک دی جاتی ہے۔

”پینالٹی کک (Penalty Kick) :-“

جب بھی کوئی ٹیم اوپر دیئے ہوئے 10 فٹ ڈسٹنس سے کسی بھی فاول کی مرکب پائی جائے تو اس کے خلاف پینالٹی کک دی جاتی ہے۔ پینالٹی کک بلا واسطہ ”فری کک“ کے ذمے میں شمار ہوتی ہے۔ لہذا اس سے براہ راست گول ہو سکتا ہے، اگر نصف، پورے یا اضافی کھیل کا وقت ختم ہو جائے تو بھی اسے مکمل کرنے کیلئے مزید وقت دیا جاتا ہے۔ پینالٹی کک کیلئے گیند ”پینالٹی مارک“ پر رکھا جاتا ہے۔ کک کرنے والے کھلاڑی اور دفاعی گول کیپر کے علاوہ باقی تمام کھلاڑی ”پینالٹی ایریا“ سے باہر لیکن میدان کے اندر اور گیند سے کم از کم 9.15 میٹر (10 گز) کے فاصلے پر ہوں گے۔

☆ دفاعی گول کیپر اس وقت تک کک کرنے والے کے سامنے کی جانب چہرہ کر کے کھڑا رہے گا جب تک کہ کک لگ نہ جائے۔ جب دونوں کھلاڑی تیار ہو جائیں تو ریفری کک کرنے کا اشارہ کرے گا۔ کک کرنے والا گیند کو صرف سامنے کی جانب ہی کک کر سکتا ہے اور وہ اسے دوبارہ اس وقت تک کھیل نہیں سکتا جب تک کوئی دوسرا کھلاڑی اسے کھیل نہ لے، اگر کک کے دوران کک کرنے والے سے کوئی بے ضابطگی ہو جائے اور گیند گول میں چلا جائے تو کک دوبارہ گلوئی جائے گی لیکن اگر گول نہ ہو تو کک دوبارہ نہیں گلوئی جائے گی۔

☆ اگر گول کیپر کسی بے ضابطگی کا مرتکب ہو اور گول ہو جائے تو اسے شمار کیا جائے گا لیکن اگر گول ہونے نہ پائے تو کک دوبارہ گلوئی جائے گی۔

☆ اگر کک کرنے والے کا ساتھی کھلاڑی ”پینالٹی ایریا“ میں داخل ہو جائے یا وہ ”پینالٹی مارک“ سے 9.15 میٹر (10 گز) سے کم فاصلے پر چلا جائے اور گول ہو جائے تو اس کو شمار نہیں کیا جائے گا اور کک دوبارہ گلوئی جائے گی لیکن اگر گیند گول میں نہ جائے تو کک دوبارہ نہیں گلوئی جائے گی لیکن اگر یہی بے ضابطگی دفاعی ٹیم کے کسی کھلاڑی سے سرزد ہو جائے اور گول ہو جائے تو اسے مان لیا جائے گا لیکن اگر گول نہ ہونے پائے تو کک دوبارہ گلوئی جائے گی۔



”تھرو ان“

”تھرو ان“ (Throw In)

یہ کھیل کے دوبارہ اجرا کا ایک طریقہ ہے۔ ”تھرو ان“ سے براہ راست گول نہیں کیا جاسکتا۔

☆ جب گیند مکمل طور پر ہوا میں یا زمین پر ”ٹیچ لائن“ کو پار کر جائے تو آخری بار گیند کھیلنے والے کھلاڑی کی مخالف ٹیم کو اسی مقام سے جہاں سے گیند باہر گئی تھی ”تھرو ان ٹوی“ دی جائے گی۔

”تھرو ان“ کرنے کا طریقہ:

- * ”تھرو ان“ کرنے والے کھلاڑی کا چہرہ کھیل کے میدان کی طرف ہوگا۔
- * کھلاڑی کے دونوں پاؤں ٹچ لائن یا اس کے باہر زمین سے لگے ہوئے ہوں۔
- * ”تھرو ان“ کرتے وقت کھلاڑی دونوں ہاتھوں سے گیند کو سر کے اوپر یا اس کے پیچھے سے ہی پھینکنے کا مجاز ہے اور وہ اسے اس وقت تک دوبارہ کھیل نہیں سکتا جب تک کہ اسے کوئی دوسرا کھلاڑی کھیل نہ لے۔
- * جونہی گیند کھیل کے میدان میں داخل ہو جاتا ہے تو وہ کھیل میں تصور ہوتا ہے۔

”تھرو ان“ کے دوران بے ضابطگی:

- * اگر ”تھرو ان“ کرنے والا کھلاڑی گیند کو کسی دوسرے کھلاڑی کے کھیلنے سے پہلے خود ہی کھیل لے تو مخالف ٹیم کو بلا واسطہ فری کک دی جائے گی، لیکن اگر یہ بے ضابطگی کھلاڑی کے اپنے ”پینٹائی ایریا“ میں ہو جائے تو پینٹائی کک دی جاتی ہے۔
- * اگر ”تھرو ان“ کرنے والے کو اس کا مخالف کھلاڑی ”تھرو ان“ کرنے نہ دے یا اسکی راہ میں بے جا حائل ہو تو اس کا یہ طرز عمل کھلاڑی کے غیر شایان شان فاول کے زمرے میں آتا ہے۔ جس کی بنا پر اسے متنبہ کرنے کے ساتھ ساتھ پیلا کارڈ بھی دکھایا جاتا ہے۔
- * ”تھرو ان“ کے دوران کسی اور بے ضابطگی پر مخالف ٹیم کو اسی جگہ سے ”تھرو ان“ دی جائے گی۔

”گول کک“ (Goal Kick):

یہ بھی کھیل شروع کرنے کا ایک طریقہ ہے۔ اس سے براہ راست گول صرف مخالف ٹیم کے خلاف کیا جاسکتا ہے۔ جب گیند حملہ آور ٹیم کے کھلاڑی سے ہو یا زمین پر ”گول لائن“ (ماسوائے ”گول پوسٹ اور ”کراس بار“ کے درمیان سے) کو مکمل طور پر عبور کر جائے تو دفاعی ٹیم کو گول کک دی جاتی ہے۔ جسے دفاعی ٹیم کا کوئی کھلاڑی اپنے ”گول ایریا“ میں کسی بھی جگہ پر گیند رکھ کر کک لگا سکتا ہے۔ گول کک لگنے کے بعد گیند اس وقت تک کھیل میں تصور نہیں ہوتا جب تک کہ یہ ”پینٹائی ایریا“ سے باہر چلا نہ جائے۔ بصورت دیگر ”گول کک“ دوبارہ لگائی جائے گی۔ ”گول کک“ لگانے والا کھلاڑی گیند کو اس وقت تک دوبارہ کھیل نہیں سکتا جب تک کہ کوئی دوسرا کھلاڑی اسے کھیل نہ لے۔ بے ضابطگی کی صورت میں مخالف ٹیم کو اسی جگہ سے بالواسطہ فری کک دی جائے گی۔ لیکن اگر کھلاڑی ایسے گیند کو ادا کرنا کھیل لیتا ہے تو اس صورت میں بلا واسطہ فری کک دی جاتی ہے اور اگر یہی بے ضابطگی اس کھلاڑی سے اپنے ”پینٹائی ایریا“ میں ہو جائے تو پینٹائی کک دی جاتی ہے، اگر گول کیپر خود گول کک لگائے اور یہی بے ضابطگیاں بالترتیب اس سے سرزد ہو جائیں تو پہلی صورت حال میں بالواسطہ فری کک، دوسری میں بلا واسطہ فری کک جبکہ تیسری میں بالواسطہ فری کک دی جائے گا۔

”کارزِ کِک“ (Corner Kick):

یہ بھی کھیل دوبارہ شروع کرنے کا ایک طریقہ ہے۔ کارزِ کِک سے براہِ راست گول مخالف ٹیم کے خلاف ہی کیا جاسکتا ہے۔ جب دفاعی ٹیم کے کسی کھلاڑی سے چھو کر گیند ہوا میں یا زمین پر گول لائن (سوائے ”گول پوسٹ اور کراس بار کے درمیان میں سے) کو مکمل طور پر عبور کر جائے تو مخالف ٹیم کو کارزِ کِک دی جاتی ہے۔ ”کارزِ کِک“ میں گیند کو اس ”کارزِ آرک“ (Corner Arc) کے اندر ساکن رکھ کر لگائی جاتی ہے۔ جس کے نزدیک سے گیند نے ”گول لائن“ کو عبور کیا تھا۔ کِک کے دوران کارزِ کِک جھنڈی بٹائی نہیں جاتی۔ اس وقت تمام مخالف کھلاڑی گیند سے کم از کم 9.15 میٹر (10 گز) کی ذوری پر ہوں گے۔ کِک کرنے والا کھلاڑی گیند کو اس وقت تک دوبارہ کھیل نہیں سکتا جب تک کہ کوئی دوسرا کھلاڑی اسے کھیل نہ لے۔ اس ضابطہ کی خلاف ورزی پر مخالف ٹیم کو اسی جگہ پر سے جہاں ضابطہ شکنی ہوئی تھی بالواسطہ ”فری کِک“ دی جاتی ہے، اگر وہ کھلاڑی یہ ضابطہ شکنی جان بوجھ کر کرتا ہے تو بالواسطہ ”فری کِک“ دی جائے گی لیکن اگر یہی بے ضابطگی کھلاڑی کے اپنے ”پینلٹی ایریا“ میں ہو تو پینلٹی کِک دی جائے گی۔

اس کے علاوہ ”کارزِ کِک“ کے دوران کسی بھی ضابطہ شکنی پر کِک دوبارہ لگوائی جائے گی۔

”پینلٹی مارک“ (Penalty Mark) سے کِک کرنا:

کسی ایسے ٹورنامنٹ میں جس میں ہر میچ کا فیصلہ ہونا ضروری ہو۔ کسی بھی ایسے میچ کے نتائج کے حصول کے لئے جو معمول کے وقت یا دو برابر اضافی حصوں کے کھیل کے بعد بھی برابر رہے ”پینلٹی مارک“ سے کِک کرنے کا طریقہ اپنایا جاتا ہے۔

طریقہ کار:

☆ جس گول پر ”گکس“ لگائی جانی ہوں اس کا انتخاب ریفری کرے گا اور دونوں کپتانوں کے درمیان سکہ اچھال کر ٹاس کرے گا جو ٹاس جیت جائے اس کی ٹیم پہلی کِک لگائے گی۔

☆ دونوں ٹیمیں باری باری پانچ پانچ گکس لگائیں گی اور ان کے انتقام پر جو بھی ٹیم زیادہ گول کرنے میں کامیاب ہو جائے اسے جیتا ہوا تصور کیا جائے گا لیکن اگر پہلی پانچ گکس کے بعد بھی دونوں ٹیموں کا سکور برابر ہو یا وہ کوئی گول نہ کر سکی ہوں تو دونوں ٹیمیں باری باری مزید کِک اس وقت تک لگاتی جائیں گی جب تک کسی ایک ٹیم کو دوسرے پر برتری حاصل نہ ہو جائے۔

☆ اس مقابلے میں صرف وہی کھلاڑی حصہ لے سکتے ہیں جو میچ کے انتقام پر کھیل رہے تھے۔ ہر کھلاڑی کو صرف ایک ہی باری دی جاتی ہے۔ جب تک کہ تمام کھلاڑی اپنی اپنی باری نہ لے لیں، مقابلے کے دوران میں کوئی بھی کھلاڑی گول کیپر کو تبدیل کر سکتا ہے۔ آفیشلو، کِک کرنے والا کھلاڑی اور دونوں گول کیپروں کے علاوہ باقی تمام کھلاڑی میدان کے درمیانی دائرہ میں رہیں گے اور جس گول کیپر کا ساتھی کِک لگا رہا ہو وہ ”پینلٹی ایریا“ اور ”گول لائن“ کے عزم پر کھڑا ہوگا۔

فٹ بال کی چیدہ چیدہ مہارتیں

(1) گلک کرنا: فٹ بال کو گلک کرنے کے مختلف طریقے ہیں۔

(الف) پاؤں کے پنچے سے گیند کو گلک کرنا۔ (ب) پاؤں کے اندرونی حصے سے گلک کرنا۔

(ج) پاؤں کی پشت پر سے گلک کرنا۔



لینڈ کو گلک کرنا

(الف) اس صورت میں کھلاڑی کو کچھ فاصلے سے سیدھا گیند کی طرف دوڑنا چاہیے، زمین پر رہنے والی ٹانگ میں قدرے خم ہو اور دوسری ٹانگ سخت رکھتے ہوئے پیچھے لے جا کر زور سے گیند کو گلک کرے۔ بازوؤں کی حرکات قدرتی ہوں اور گلک کرتے وقت جسم یا تو سامنے قدرے جھکا ہوا ہو یا سیدھا ہے۔ پاؤں کے پنچے اور گیند کا نقطہ اتصال گیند کے مرکز سے قدرے نیچا ہو۔ یہ گلک بوٹ پہن کر بہتر انداز سے لگائی جاسکتی ہے۔

(ب) پاؤں کے اندرونی حصے سے گلک کرنے کی صورت میں کھلاڑی کے گھٹنے اور کولہے میں پلک ہونی چاہیے۔ گلک کرنے والی ٹانگ کا گھٹنا باہر کی طرف مڑا ہوگا اور دوسری ٹانگ میں قدرے خم ہوگا۔ پاؤں کا اندرونی حصہ مکمل طور پر گیند کو لگانا چاہیے۔ یہ گلک قریب کے کھلاڑی کو پاس دینے کی غرض سے لگائی جاتی ہے۔ گلک کرنے والی ٹانگ کا گھٹنا سخت رہنا چاہیے اور پاؤں کو زیادہ آگے نہیں لے جانا چاہیے، بلکہ کولہے کے زور سے گلک لگائی جائے۔

(ج) ایسی گلک، عموماً پاس دینے اور خصوصاً گول کرنے کی غرض سے لگائی جاتی ہے۔ گلک کرتے وقت کھلاڑی گیند کی طرف قدرے ترچھا بڑھے گا۔ گیند کے نزدیک آ کر زمین پر رہنے والی ٹانگ کو گیند کے ایک طرف رکھتے ہوئے دوسری ٹانگ کو کولہے کے جوڑے سے جھلاتے ہوئے گیند کو مارے تاکہ پاؤں کے اوپر کا حصہ مکمل طور پر گیند کو لگے، گلک کرنے والی ٹانگ کو یہاں ہی نہ روکا جائے بلکہ گلک کرنے کے بعد آزادانہ طور پر سامنے ہوا میں جانے دینا چاہیے۔

(2) لڑھکتی ہوئی گیند کو روکنا:

آتی ہوئی گیند کی سیدھ میں کھڑے ہو جائیں اور جس پاؤں سے گیند روکنا مقصود ہو اسے قدرے زمین سے اٹھا کر نیچے اور ذرا

اندرونی طرف موز کر گیند کو روکیے، اس لمحے گھٹنے میں تھوڑا سا خم ہو جو نبی گیند اور پاؤں کا ملاپ ہو تو پاؤں کو ذرا پیچھے کھینچیں تاکہ گیند رک کر نہ پلٹے، بلکہ قابو میں رہے۔

(3) ہینڈی سے آئی ہوئی گیند کو پاؤں سے روکنا (Trapping):

اس عمل میں کھلاڑی پہلے یہ اندازہ لگائے کہ گیند کہاں گرے گی۔ چنانچہ وہاں پہنچ کر جس پاؤں سے گیند روکنا مقصود ہو اسے زمین سے اتنا اونچا اٹھائے کہ گیند آسانی سے تلوے کے نیچے دب سکے۔ پھر کھلاڑی اپنا پاؤں گیند کے اوپر عین اس وقت رکھے جب گیند زمین پر لگ کر ابھر رہی ہو، تاکہ پاؤں سے لگ کر وہیں رک کر قابو میں رہے اس کے لیے کافی مشق درکار ہے۔

(4) ”تھرو ان“ (Throw in):

کھلاڑی دونوں ہاتھوں سے گیند کو پکڑے اور گیند کو اپنے سر کے پیچھے لے جائے۔ پاؤں خواہ کھلے رکھے یا آگے پیچھے یا اکٹھے، جسم کو پیچھے کی طرف جھکائے اور گھٹنوں میں قدرے خم دیتے ہوئے گیند سر کے اوپر سے میدان میں پھینکے۔ گیند پھینکنے وقت دونوں پاؤں کا کوئی نہ کوئی حصہ زمین کو چھو رہا ہو اور سر دونوں بازوؤں کے درمیان ہونا چاہیے۔

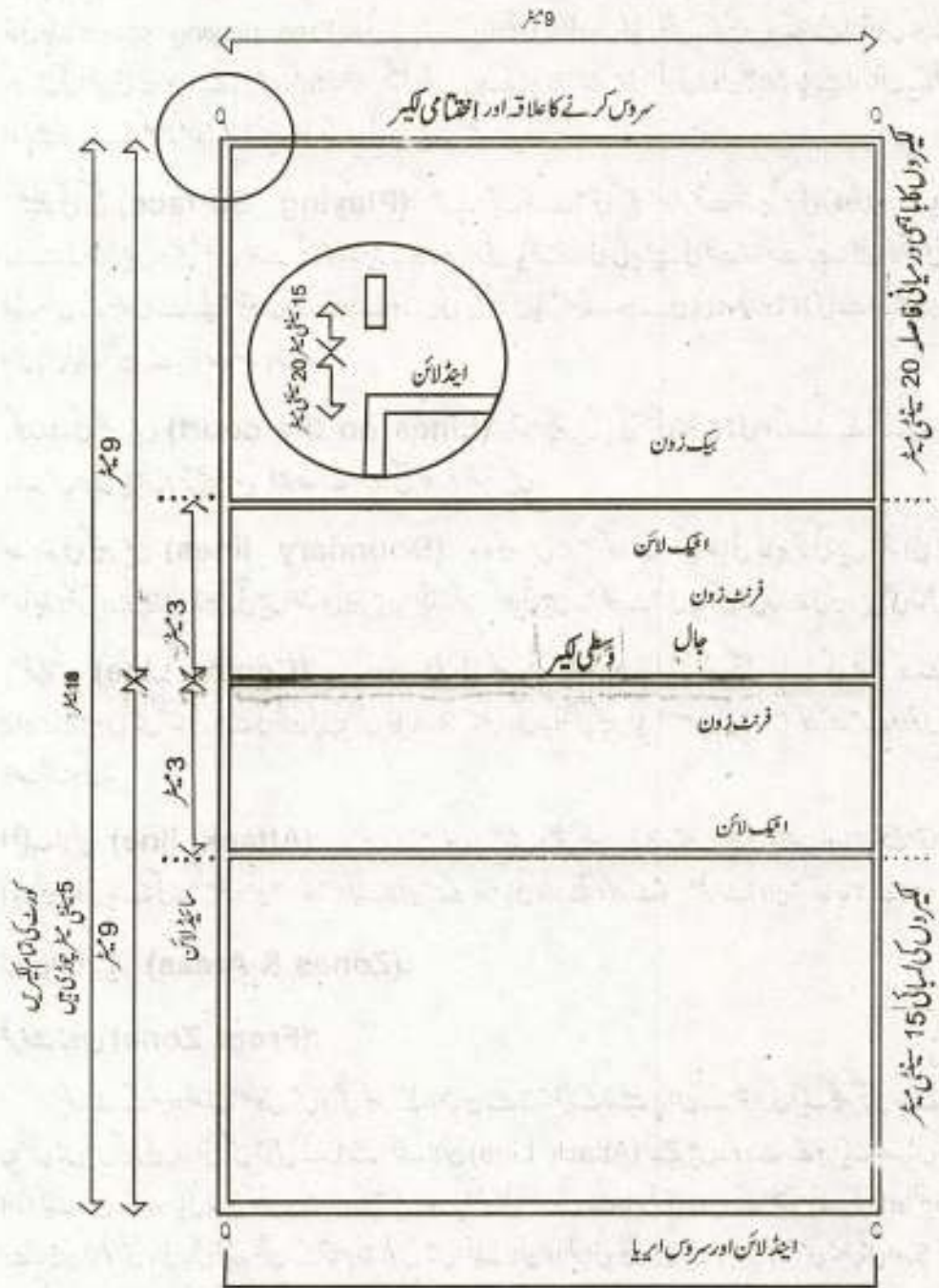
والی بال (Volleyball)

کھیل کی خصوصیات (Characteristics of Game):

والی بال دو ٹیموں کے باہم ایک کورٹ (Court) میں کھیلا جاتا ہے۔ جسے ایک جال دو حصوں میں تقسیم کرتا ہے۔ مختلف حالات کے پیش نظر اس کھیل کی بہت سی قسمیں ہیں اس لیے یہ کھیل ہر فرد کی استعداد سے مطابقت رکھتا ہے۔ اس کھیل کا بنیادی مقصد یہ ہے کہ گیند کو جال کے اوپر سے بھجج کر مخالف ٹیم کے کورٹ میں گرایا جائے اور مخالفین کو ایسا کرنے سے روکا جائے۔ بلائنگ (Blocking) کے دوران گیند کو چھو لینے (Block contact) کے علاوہ ہر ٹیم اپنے مخالف کے کورٹ میں واپس بھیجنے کے لیے اسے تین مرتبہ مارنے کا حق رکھتی ہے۔ کھیل کا آغاز سروں کے ذریعے گیند کو جال کے اوپر سے مخالف ٹیم کے کورٹ میں بھجج کر کیا جاتا ہے۔ ریلی اس وقت تک جاری رہتی ہے جب تک کہ گیند زمین کو چھو نہ لے یا کورٹ کی حدود کے باہر گر نہ جائے یا کوئی ٹیم مناسب طریقے سے واپس بھیجنے میں ناکام ہو جائے۔ والی بال میں جو بھی ٹیم ریلی جیتتی ہے تو اسے ایک پوائنٹ (ریلی پوائنٹ سسٹم) ملتا ہے، اگر سروں و موصول کرنے والی ٹیم ریلی جیت جائے تو اسے بھی ایک اور پوائنٹ ملتا ہے اور ساتھ ہی سروں کرنے کا حق بھی مل جاتا ہے اور اس کے کھلاڑی گھڑی کی سوئیوں کے رخ (Clockwise) اپنی اپنی پوزیشن سے اگلی پوزیشن پر حرکت کر جاتے ہیں۔

کھیل کا علاقہ (Playing Area):

یہ علاقہ کھیل کے کورٹ اور فری زون (Free Zone) پر مشتمل ہوتا ہے۔ یہ ہموار اور مستطیل شکل کا ہوتا ہے۔



کورٹ کی پیمائش (Measurement of Court): کورٹ کی لمبائی 18 میٹر اور چوڑائی 9 میٹر ہوگی اس کے چاروں طرف کم از کم 3 میٹر چوڑا "فری زون" ہونا چاہیے اور اس کے فرش سے اوپر کھیلنے کے لیے کم از کم 7 میٹر کا ڈٹوں سے خالی جگہ (Free playing space) ہونی چاہئے۔ بین الاقوامی والی بال فیڈریشن کے میچوں کے لیے استعمال ہونے والے کورٹس کی اطرائی لکیروں کے باہر کم از کم 5 میٹر اور پچھلی لکیروں سے باہر 8 میٹر چوڑا "فری زون" ہونا چاہیے اور ان کے فرش سے اوپر کھیلنے کے لیے کم از کم 12.5 میٹر خالی جگہ ہونی چاہیے۔

کھیلنے کی سطح (Playing Surface): "پلے ایگ کورٹ" کی سطح ہموار سخت اور ہر قسم کی رکاوٹوں سے پاک ہوتی ہے۔ تاکہ کھلاڑیوں کو کسی قسم کی چوٹ لگنے کا اندیشہ نہ ہو۔ کھردری یا پھسلنے والی سطح پر کھیلنے کی سخت ممانعت ہے۔ بین الاقوامی والی بال فیڈریشن کے میچوں کے لیے استعمال ہونے والے کورٹس کی سطح کلڑی یا سلتھیک مادے کی بنی ہوئی ہونا لازمی ہے اور جو بین الاقوامی والی بال فیڈریشن سے باقاعدہ سند یافتہ ہو۔

کورٹ کی لکیریں (Lines on the court): تمام لکیریں پانچ سینٹی میٹر چوڑی اور کورٹ کے رنگ کی نسبت ہلکے رنگ میں ہونی چاہیں (ترجیحاً سفید) جو صاف اور واضح طور پر نظر آئیں۔

حد بندی لکیریں (Boundary lines): وہ لکیریں جو "کورٹ" کی لمبائی ظاہر کرتی ہیں اطرائی لکیریں یا "سائیڈ لائنز" اور چوڑائی ظاہر کرتی ہیں اختتامی لکیریں یا "اینڈ لائنز" کہلاتی ہیں۔ "کورٹ" کی پیمائش میں حد بندی لکیریں بھی شامل ہیں۔

سنٹر لائن (Centre Line): دونوں اطرائی لکیروں کے مراکز پر ایک لکیر کھینچی جائے گی جو "کورٹ" کو دو برابر حصوں میں تقسیم کر دے گی جن کی پیمائش 9 x 9 میٹر ہوگی یہ وسطی لکیر یا "سنٹر لائن" "کورٹ" کے دونوں حصوں کا حصہ شمار ہوگی۔

ایٹیک لائن (Attack line): ہر ایک "کورٹ" میں وسطی لکیر سے 3 میٹر پیچھے کی جانب اور اس کے متوازی ایک ایک لکیر لگائی جائے گی۔ "سنٹر لائن" اور "ایٹیک لائن" کے درمیانی علاقے کو کورٹ کا "فرنٹ زون" کہا جاتا ہے۔

زون اور ایریا (Zones & Areas):

فرنٹ زون (Front Zone):

کورٹ کے ہر دو نصف حصوں میں وسطی لکیر کے درمیان سے 3 میٹر کے فاصلے پر اس کے متوازی ایک لکیر کھینچی جائے گی (اس پیمائش میں اس لکیر کی چوڑائی بھی شامل ہے) جسے "ایٹیک لائن" (Attack Line) کہتے ہیں۔ کورٹ کے ہر ایک حصہ میں وسطی لکیر اور "ایٹیک لائن" کے درمیانی علاقے کو فرنٹ زون کہتے ہیں اور یہ اطرائی لکیروں سے باہر فری زون کے اختتام تک بڑھا ہوا تصور کیا جاتا ہے۔ بین الاقوامی والی بال فیڈریشن کے تمام مقابلوں میں "ایٹیک لائن" کو اطرائی لکیروں سے باہر 15 سینٹی میٹر لمبی اور 5 سینٹی میٹر چوڑی پانچ کئی پٹی لکیروں کو 1.75 میٹر تک اس طرح سے بڑھا دیا جاتا ہے کہ ان کا آپس میں درمیانی فاصلہ 20 سینٹی میٹر ہو۔

سروس کرنے کا علاقہ (Service Zone): سروس زون کی چوڑائی 9 میٹر ہوتی ہے اور یہ کورٹ کی پچھلی لکیر کے پیچھے ہوتا ہے (اس میں پچھلی لکیر شامل نہیں)، پہلوؤں کی جانب اس کی چوڑائی کو دو 15 سینٹی میٹر لمبی لکیروں سے واضح کیا جاتا ہے

جو اطرافی لکیروں کی سیدھ میں ہوتی ہیں لیکن پچھلی لکیر سے 20 سینٹی میٹر پیچھے جگہ چھوڑتے ہوئے لگائی جاتی ہیں (یہ دونوں لکیروں سروں زون کی چوڑائی میں شامل ہیں) پیچھے کی جانب سروں زون بغری زون تک بڑھا ہوا تصور ہوتا ہے۔

کھلاڑی تبدیل کرنے کا علاقہ (Substitution Zone): دونوں ایک لائنوں کو سکورر کی میز تک بڑھا کر اس علاقہ کی حدود متعین کی جاتی ہیں۔

"وارم اپ" کرنے کا علاقہ (Warm up area): دونوں ٹیموں کے بچوں کے پچھلے باہر والے کونوں کی بیرونی جانب اور فری زون سے باہر جسم کو گرم کرنے کے لیے تقریباً 3 میٹر x 3 میٹر کی جگہ مخصوص کی جاتی ہے۔

پینلٹی ایریا (Penalty Area): 1 میٹر x 1 میٹر کا پینلٹی ایریا کنٹرول ایریا کے اندر اور اختتامی لکیر کی سیدھ میں 5 سینٹی میٹر چوڑی سرخ رنگ کی لکیر سے واضح محیط کیا جاتا ہے۔ جس میں دونوں کا اہتمام کیا جاتا ہے۔

جال اور کھچے (Net and Posts): جال کی لمبائی 9.5 میٹر سے 10 میٹر اور چوڑائی 1 میٹر ہوتی ہے (ہر ایک سائڈ بینڈ کے باہر 25 سے 50 سینٹی میٹر)۔ اس کا رنگ سیاہ اور خانے 10 مربع سینٹی میٹر ہوتے ہیں۔ جال کے اوپر والے کنارے پر دوہری کی ہوئی 7 سینٹی میٹر چوڑی نواری پٹی لگی ہوتی ہے جس میں سے لوہے کا تار گزار کر اسے کورٹ کی درمیانی لکیر کے عین اوپر کس کر باندھ دیا جاتا ہے۔ اس نواری پٹی کے دونوں سروں میں ایک ایک سوراخ ہوتا ہے جن میں سے رسیاں گزار کر جال کو کھبوں کے ساتھ مضبوطی سے باندھ دیا جاتا ہے تاکہ ڈھیلا نہ ہونے پائے۔ جال کے نچلے کنارے پر بھی اسی طرح کی نواری پٹی لگی ہوتی ہے جس کی چوڑائی 5 سینٹی میٹر ہوتی ہے اور اس میں سے رسی گزار کر کھبوں کے ساتھ باندھ دیا جاتا ہے۔ کورٹ کے درمیان میں جال کی اونچائی مردوں کے لیے 2.43 میٹر اور خواتین کے لیے 2.24 میٹر ہوتی ہے۔ کورٹ کی دونوں اطرافی لکیروں پر جال کی بلندی ایک ہی سطح پر ہونا لازمی ہے تاہم جال اطرافی لکیروں سے درمیان کی نسبت 2 سینٹی میٹر سے 1 میٹر کے فاصلے پر لگائے جاتے ہیں۔ درمیانی لکیر کے اوپر عمود لگایا جاتا ہے۔ جال کے کھچے اطرافی لکیروں سے 50 سینٹی میٹر سے 1 میٹر کے فاصلے پر لگائے جاتے ہیں۔ ان کی اونچائی 2.55 میٹر ہوتی ہے ایسے کھبوں کو ترجیح دی جاتی ہے جنہیں ضرورت کے مطابق اونچائی بچایا جاسکے۔ کھچے گول اور ان کی بیرونی سطح ہموار ہونی چاہیے۔

"سائڈ بینڈ" (Side Band): دو سفید فیتے جال کے ساتھ عموداً ہر دو اطرافی لکیروں کے عین اوپر لگائے جاتے ہیں جو 5 سینٹی میٹر چوڑے اور 1 میٹر لمبے اور وہ جال کا حصہ تصور کیے جاتے ہیں۔

"انٹینا" (Antennae): یہ ایک چکدار چھری ہوتی ہے جو کہ 1.8 میٹر لمبی اور اس کا قطر 1 سینٹی میٹر ہوتا ہے۔ یہ چھری فاہر گلاس (Fibre Glass) یا اسی قسم کی کسی دوسری چیز کی بنی ہوئی ہے۔ ہر سائڈ بینڈ کے باہر کے کنارے پر ایک ایک "انٹینا" لگایا جاتا ہے جو جال پر 80 سینٹی میٹر اوپر بڑھا ہوا ہوتا ہے اور 10 سینٹی میٹر چوڑی ٹیپوں سے جو کہ متضاد رنگوں کی ہوتی ہیں (ترجیحاً سرخ اور سفید) سے نمایاں کیا جاتا ہے۔ انٹینا جال کا حصہ تصور کیا جاتا ہے اور یہ پہلوؤں کی جانب گیند کی گزرگاہ کو محدود کرتے ہیں۔

"گیند" (Ball): یہ گول شکل کا ہوتا ہے۔ جس کا خول چکدار چھری سے کاٹنا ہوا ہوگا اور جس کے اندر بڑیا کسی اور موزوں مادے کا بنا ہوا بلڈر (Bladder) ہوتا ہے۔ اس کا محیط 65 سے 67 سینٹی میٹر، وزن 260 سے 280 گرام اور ایک ہی ہلکے رنگ یا مختلف رنگوں کا بھی ہو سکتا ہے۔ بین الاقوامی والی بال فیڈریشن کے تمام مقابلوں میں استعمال ہونے والے تینوں گیندوں کے محیط، وزن، رنگ اور اندرونی ہوا کے دباؤ کے معیار میں یکسانیت پائی جانی چاہیے (0.30 سے 0.35 کلوگرام فی مربع سینٹی میٹر)۔

ٹیم (Team): ایک ٹیم زیادہ سے زیادہ 12 کھلاڑیوں، ایک کوچ، ایک نائب کوچ، ایک "ٹریژر" (Trainer) اور ایک ڈاکٹر پر مشتمل ہوگی۔ ٹیم کے کھلاڑیوں میں سے ایک ٹیم کپٹن (Team Captain) جس کی سکورشٹ پر باقاعدہ نشانہ لگائی جاتی ہے۔ ہر ٹیم کو حق حاصل ہے کہ ان حتمی 12 کھلاڑیوں میں سے ایک امتیازی ماہر دفاعی کھلاڑی "لیبرو" (Libero) نامزد کر سکتی ہے۔ کورٹ میں داخل ہونے اور کھیلنے کے اہل صرف وہی کھلاڑی ہوں گے جن کے نام مذکورہ سکورشٹ میں درج ہوں گے۔ کوچ اور ٹیم کپٹن کے دستخطوں کے بعد ان ناموں میں کسی قسم کی کوئی ترمیم نہیں کی جاسکتی۔ دونوں ٹیموں کے متبادل کھلاڑی سکورر کی میز کے دونوں جانب فری زون سے باہر اپنے اپنے ٹیم بیچ پر بیٹھیں گے۔

لباس (Dress): پوری ٹیم کا لباس ایک ہی جیسے رنگ اور نمونے کا ہونا چاہیے۔ ماسوائے لیبرو کے جس کا یونیفارم ٹیم کے دوسرے کھلاڑیوں سے مختلف ہوگا۔ کھلاڑی بنیان، ٹیکر، موزے اور بڑیا چمڑے کے تلووں والے ہلکے پھلکے، لچکدار اور بغیر ایڑی کے جوتے پہنیں گے۔ کھلاڑیوں کی بنیانوں کے درمیان میں سامنے اور پیچھے 1 سے 18 تک نمبر لگے ہونے چاہیں جو بنیان کے رنگ سے مختلف ہوں۔ کھیل کے دوران کھلاڑی کو ایسی چیزیں پہننے کی ممانعت ہے جن سے دوسرے کھلاڑیوں کو جوت لگنے کا اندیشہ ہو یا وہ ان سے کسی قسم کا شخصی فائدہ حاصل کر سکے۔ کھلاڑی اپنی ذمہ داری پر عینک پہن سکتے ہیں۔ ٹیم کے کپٹن کی جزی کے سامنے کے نمبر کے نیچے ایک 2 سینٹی میٹر چوڑی اور 8 سینٹی میٹر لمبی لکیر لگی ہونا ضروری ہے اور سامنے کے نمبر 15 سینٹی میٹر اور پیچھے 20 سینٹی میٹر اونچے ہونا لازمی ہیں جو کم از کم 1 سینٹی میٹر چوڑے ہوں گے اور ان کی ٹیکروں کی دائیں جانب 4 سینٹی میٹر چوڑے اور 6 سینٹی میٹر اونچے نمبر لگے ہوں گے۔ ٹیم کے قائد (Team Leader): دونوں ٹیم کپٹن اور کوچ اپنی اپنی ٹیم کے رویہ اور نظم و ضبط کے ذمہ دار ہوں گے۔ کسی بھی ٹیم کا لیبرو ٹیم کپٹن نہیں ہو سکتا ہے۔

ٹیم کپٹن (Team Captain):

- i- کھیل شروع ہونے سے پیشتر وہ سکورشٹ پر دستخط کرتا ہے اور اس (سکاچھال کر فیصلہ کرنا) کرنے میں اپنی ٹیم کی نمائندگی کرتا ہے۔
- ii- کھیل کے دوران وہ ٹیم کپٹن (Game Captain) کے فرائض سرانجام دیتا ہے جب ٹیم کا کپٹن کھیل میں شامل نہ ہو تو کوچ یا وہ خود کسی دوسرے کھلاڑی کو ٹیم کپٹن کا کردار ادا کرنے کے لیے نامزد کرتا ہے اور وہ کھلاڑی اس وقت تک یہ فرائض انجام دیتا ہے جب تک کہ اسے تبدیل نہیں کر دیا جاتا یا ٹیم کپٹن واپس کھیل میں شامل نہیں ہو جاتا۔
- iii- تمام کھلاڑیوں میں سے صرف ٹیم کپٹن، وقتی طور پر کے ہوئے کھیل کے دوران ہی ریفری اوٹ سے مخاطب ہونے کا مجاز ہے اور کسی ضابطہ پر عمل درآمد یا اس کی تشریح کے متعلق پوچھ سکتا ہے، اگر وہ اس کے کسی فیصلے کی تشریح سے مطمئن نہ ہو تو وہ فوراً ہی اسے اس امر سے زبانی مطلع کرے گا اور کھیل کے اختتام پر وہ اس کا اندراج سکورشٹ پر بھی کر سکتا ہے۔
- iv- ٹائم آؤٹ یا کھلاڑی کی تبدیلی کے لیے درخواست کر سکتا ہے۔ کھیل کے اختتام پر وہ ریفری کا شکر یہ ادا کرنے کے ساتھ ساتھ کھیل کے نتائج کی تصدیق کے لیے سکورشٹ پر دستخط بھی کرتا ہے۔

کوچ (Coach): تمام کھیل کے دوران وہ اپنی ٹیم کا ناظم اعلیٰ ہوتا ہے۔ اس کی ذمہ داریوں میں ٹیم کی "شارنگ لائن اپ" کے لیے کھلاڑیوں کا انتخاب، ان کی تبدیلیوں اور انہیں ہدایات دینے کے لیے ٹائم آؤٹ لینا ہوتا ہے اور اس سلسلہ میں اس کا رابطہ ریفری دوم سے رہتا ہے۔ کھیل کے ہر میٹ سے پیشتر سکورشٹ پر اپنے کھلاڑیوں کے ناموں کو خود درج کرتا ہے یا اندراج شدہ ناموں کی جانچ اور اس پر دستخط

کرنے کے بعد "سکورز" یا ریفری دوم کو پیش کرتا ہے۔ وہ اپنے ٹیم بیچ (Team Bench) پر سکور کے نزدیک توجہ دیتا ہے جہاں سے وہ ٹیم آؤٹ اور کھلاڑیوں کی تبدیلی کی درخواست کرنے کے علاوہ کھیل میں تھل ہوئے بغیر اپنی ٹیم کے بیچ کے سامنے فری زون میں کھڑے ہو کر یا چل پھر کر کھلاڑیوں کو ہدایات بھی دے سکتا ہے۔

کھیل کے دوران بے ضابطگی کا سرزد ہونا۔ "فالتس" (Faults):

جب بھی کوئی ٹیم کھیل کے دوران ایسا انداز اپنالے جو کھیل کے ضوابط سے مطابقت نہ رکھتا ہو یا بصورت دیگر وہ طے شدہ اصولوں کی خلاف ورزی کرے تو ریفری سیٹی بجا کر اس کوتاہی کا اعلان کرتا ہے۔ ریفری ان بے ضابطگیوں کی سزا مندرجہ ذیل طریقہ سے تعین کرتا ہے:

(الف) جب ایک سے زیادہ بے ضابطگیاں یکے بعد دیگرے سرزد ہوں تو ان میں سے صرف سب سے پہلے ہونے والی بے ضابطگی شمار کی جاتی ہے۔

(ب) جب دو یا دو سے زیادہ فالتس مخالف کھلاڑیوں سے ایک ہی وقت پر سرزد ہوں تو یہ ڈبل فالت (Double Fault) کہلاتا ہے اور یہ ریلی دوبارہ کھیلی جائے گی۔

جب ضابطہ شکن ٹیم ریلی ہار جاتی ہے تو:

اگر ریلی جیتنے والی ٹیم نے سروں کی تبدیلی نہ کی ہو اور ایک پوائنٹ سکور کر لیتی ہے اور ساتھ ساتھ سروں بھی جاری رکھتی ہے، لیکن اگر ریلی سروں وصول کرنے والی ٹیم نے جیتی ہو تو وہ سروں گرنے کا حق حاصل کر لیتی ہے اور اسکے سکور میں بھی مزید ایک پوائنٹ کا اضافہ ہوتا ہے۔

سیٹ جیتنا (To win a set):

جو ٹیم دو پوائنٹ کی برتری سے پہلے 25 پوائنٹ سکور کر لیتی ہے سیٹ (ماسوائے پانچویں سیٹ کے) جیت جاتی ہے، لیکن اگر سکور (24-24) ہو جائے تو کھیل جاری رہتا ہے۔ حتیٰ کہ دو پوائنٹ کی واضح برتری حاصل ہو جائے۔ (25-27)، (24-26)

میچ جیتنا (To win a match):

تمام بین الاقوامی مقابلے پانچ میں سے تین سیٹ جیتنے کے اصول پر کھیلے جاتے ہیں، جو ٹیم تین سیٹ جیت لیتی ہے۔ میچ جیتی ہوئی تصور ہوتی ہے لیکن دو سیٹ جیتنے پر برابری ہو جائے تو فیصلہ کن سیٹ 15 پوائنٹ کے لیے کھیلایا جائے گا جس میں بھی 2 پوائنٹ کی برتری لازمی ہوتی ہے۔

غفلت کی بنا پر غیر حاضر یا نامکمل ٹیم (Defaulter and Incomplete Team):

ا- اگر کوئی ٹیم ریفری کے کہنے کے باوجود بھی کھیلنے پر آمادہ نہ ہو یا مقررہ وقت پر حاضر نہ ہو سکے تو اسے ہارا ہوا تصور کیا جائے گا اور سکورشٹ پر میچ کا نتیجہ 0.3 ظاہر کیا جائے گا جب کہ ہر ایک سیٹ کا سکور 0.25 ہوگا۔

ii- اگر ٹیم قابل توجہ وجود جو بات کے بغیر مقرر وقت پر کورٹ میں حاضر نہ ہو تو اسے کوتاہی کی بنا پر غیر حاضر تصور کیا جائے گا اور اس کی سزا اوپر دی ہوئی شق کے مطابق ہوگی۔

iii- جب کسی ٹیم کو کسی "سیٹ" یا "بچ" کے لیے نامکمل (Incomplete) قرار دے دیا جاتا ہے (ہر ایک ٹیم کے کھیل میں چھ کھلاڑی ہونا ضروری ہیں) تو وہ سیٹ یا بچ ہار جاتی ہے اور مخالف ٹیم کو جیت کے لیے درکار پوائنٹس یا سٹیس دے کر جیتا ہوا قرار دے دیا جاتا ہے اور سکور شیٹ پر نامکمل ٹیم کے اتنے ہی پوائنٹس اور سیٹ درج کیے جائیں گے۔

سکہ اچھال کر فیصلہ کرنا (Toss):

کھیل شروع کرنے سے پہلے ریفری اوّل دونوں ٹیم کپٹن کی موجودگی میں سکہ اچھال کر (ٹاس کے ذریعے) پہلے سیٹ میں پہلی سروں اور کورٹ کی سائیڈ کے انتخاب کرنے کا فیصلہ کرے گا۔ ٹاس جیتنے والے ٹیم کپٹن کو اختیار ہوتا ہے کہ وہ پہلے سروں کرنے یا وصول کرنے یا کورٹ کی سائیڈ میں سے کسی ایک کا انتخاب کر لے، جبکہ ہارنے والے فریق کو باقی ماندہ میں سے اپنی پسند کے انتخاب کا حق حاصل ہوتا ہے، اگر فیصلہ کن سیٹ کھیلنا مقصود ہو تو اس کے آغاز سے پیشتر دوبارہ ٹاس کیا جاتا ہے اور کھیل کے شروع والا طریقہ کار اپنایا جاتا ہے۔

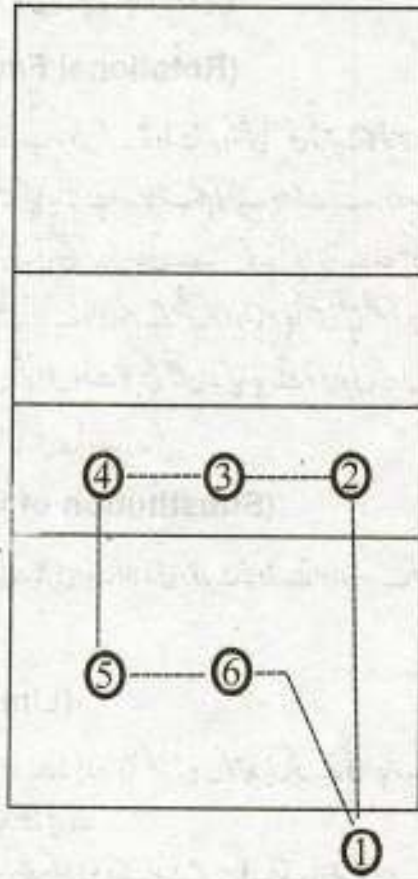
"ٹیم سٹارٹنگ لائن اپ" (Team Starting Line-up):

- (i) الف) کھیل میں ہر ایک ٹیم کے ہر وقت چھ کھلاڑی ہونے لازمی ہیں۔
- (ب) کھلاڑی کی کورٹ میں "روٹیشن" کی ترتیب ہر ایک ٹیم کی سٹارٹنگ لائن اپ کے مطابق ہونی چاہیے اور اسے پورے سیٹ کے دوران قائم رکھا جائے گا۔
- (ii) ہر سیٹ کے شروع ہونے سے پیشتر کوچ اپنی ٹیم کی دستخط شدہ "سٹارٹنگ لائن اپ" ریفری دوم یا سکورر کو دے گا۔
- (iii) جب کوئی کھلاڑی اپنا حق خود ارادی استعمال کرتے ہوئے اپنے ایک دفاعی کھلاڑی کا نام بطور "لیبر" درج کرا لیتی ہے تو اس کھلاڑی کا نمبر بھی دوسرے چھ کھلاڑیوں کے ہمراہ "سٹارٹنگ لائن اپ شیٹ" پر درج ہونا ضروری ہوتا ہے۔
- (iv) وہ کھلاڑی جن کے نام اس لسٹ / شیٹ میں درج نہیں ہوں گے انہیں متبادل کھلاڑی تصور کیا جاتا ہے ایک دفعہ سٹارٹنگ لائن اپ متعلقہ اہلکار کو پیش کرنے کے بعد اس میں کسی قسم کی تبدیلی نہیں کی جاسکتی (ماسوائے کھلاڑیوں کی معمول کی تبدیلی کے یعنی ایک سیٹ میں صرف چھ تبدیلیاں کی جاسکتی ہیں)، کھیل شروع ہونے سے پیشتر اگر سٹارٹنگ لائن اپ اور کورٹ میں کھلاڑیوں کی پوزیشنوں میں فرق یا ایسا کوئی کھلاڑی ہو جس کا نام اس "لسٹ" میں نہ ہو تو اس کی فوراً ہی درنگی کی جاتی ہے (ایسی بے ضابطگی کی بنا پر کوئی سزا نہیں دی جاتی)۔

کورٹ میں کھلاڑیوں کی پوزیشنیں:

الف) جس وقت سروں کے لیے گیند کو مارا جائے اس وقت ہر ایک ٹیم کے تمام کھلاڑی روٹیشن کی ترتیب (Rotational Order) میں کھڑے ہوں گے (ماسوائے سروں کرنے والے کھلاڑی کے)۔

(ب) کھلاڑیوں کی پوزیشنوں کو نمبروں کے ذریعے واضح کیا جاتا ہے۔ اگلی قطار کے کھلاڑی جال کے نزدیک کھڑے ہوتے ہیں اور وہ مندرجہ ذیل پوزیشنیں اپنائیں گے:



4 (سامنے بائیں جانب)، 3 (سامنے درمیان میں)، 2 (سامنے دائیں جانب) پچھلی قطار میں، 5 (پچھے بائیں جانب)، 6 (پچھے درمیان میں)، 1 (پچھے دائیں جانب) پچھلی قطار کے کھلاڑی اگلی قطار کے کھلاڑیوں سے جال کی نسبت زیادہ پچھے ہوں گے اور ان کی پوزیشنوں کا تعین کھلاڑی کے زمین پر لگے پاؤں کی مناسبت سے کیا جاتا ہے۔

i- مثال کے طور پر اگلی قطار کے کھلاڑی کے پاؤں کا کچھ نہ کچھ حصہ کا پچھلی قطار کے مماثل کھلاڑی (Corresponding back-row player) کی نسبت درمیانی لکیر کے نزدیک تر ہونا لازمی ہوتا ہے۔

ii- اسی طرح دائیں (بائیں) طرف کے کھلاڑیوں کے پاؤں کے کچھ نہ کچھ حصوں کا دائیں (بائیں) جانب کے مماثل کھلاڑیوں کی نسبت اطرافی لکیر کے نزدیک ہونا لازمی ہے۔

ج جب سروں ہو جائے تو کھلاڑی 'کورٹ' اور 'فری زون' میں کسی بھی جگہ جا سکتے ہیں۔

”روٹیشن“ (Rotation):

روٹیشن کی ترتیب ٹیم کی 'شارٹنگ' لائن اپ کے مطابق متعین کی جاتی ہے اور اس کی بنا پر اسے پورے سیٹ کے دوران سروں

کرنے اور کھلاڑیوں کی پوزیشنوں کے تعین کے لیے لاگورکھا جاتا ہے۔ سروس وصول کرنے والی ٹیم جب سروس کرنے کا حق حاصل کر لیتی ہے تو اس کے کھلاڑی گھڑی کی سنیوں کے رخ (Clock-wise) ایک ایک پوزیشن آگے جگہ تبدیل کر لیں گے، مثلاً کھلاڑی نمبر دو کھلاڑی نمبر ایک کی جگہ پر اور ایک، چھ کی جگہ پر چلا جاتا ہے وغیرہ۔

”روٹیشن“ کی بے ضابطگی (Rotational Faults):

یہ بے ضابطگی اس وقت ہوتی ہے جب سروس کرتے وقت ”روٹیشن“ کی ترتیب کا لحاظ نہ رکھا جائے تو سزا کے طور پر بے ضابطگی کرنے والی ٹیم کو اس ریلی میں ہارا ہوا تسلیم کیا جاتا ہے اور مخالف ٹیم کو ایک پوائنٹ کے علاوہ سروس کرنے کا حق بھی دیا جاتا ہے اور اسی کے ساتھ ہی کھلاڑیوں کی ”روٹیشن“ کی ترتیب کی تصحیح کر دی جاتی ہے۔ ”سکورر“ کو اس بے ضابطگی کے سزا دہونے کے صحیح لمحے کا تعین کرنا چاہیے۔ کیونکہ اس لمحے کے بعد بے ضابطگی کرنے والی ٹیم کے سکور کردہ تمام پوائنٹس قلع قلم کر دیئے جاتے ہیں۔ جبکہ مخالف ٹیم کے سکور کردہ پوائنٹس کو صحیح مان لیا جاتا ہے، لیکن اگر اس وقت کا صحیح تعین نہ کیا جاسکے تو دونوں ٹیموں کے سکور کو صحیح تسلیم کر لیا جائے گا، لیکن بے ضابطگی کرنے والی ٹیم موجودہ ”ریلی“ ہاری ہوئی تصور ہوگی۔

کھلاڑیوں کی تبدیلی (Substitution of Players):

یہ ایک ایسا عمل ہے جس کے ذریعے ریفری ایک کھلاڑی کو کورٹ چھوڑنے اور دوسرے کھلاڑی کو اس کی جگہ لینے کا اختیار دیتا ہے اور سکورز اس کا باقاعدہ حساب رکھتا ہے۔

تبدیلی کی پابندیاں (Limitations):

(الف) ایک سیٹ میں ہر ٹیم کو زیادہ سے زیادہ 6 کھلاڑیوں کو تبدیل کرنے کی اجازت ہے اور ایک وقت پر ایک یا ایک سے زیادہ کھلاڑی تبدیل کیے جاسکتے ہیں۔

(ب) ”سٹارنگ لائن اپ“ ہر درج شدہ کھلاڑی ایک سیٹ میں صرف ایک بار تبدیل ہونے کے بعد اپنی پہلی جگہ پر ہی آسکتا ہے۔

(ج) ایک متبادل کھلاڑی ایک سیٹ میں صرف ایک دفعہ شامل ہو سکتا ہے لیکن اگر اسے تبدیل کرنا مقصود ہو تو اسکی جگہ صرف وہی کھلاڑی کھیل میں شامل ہو سکتا ہے جسے اس نے تبدیل کیا تھا۔

خصوصی تبدیلی (Exceptional Substitution):

رژمی کھلاڑی جو کھیلنے کے قابل نہ رہے تو اسے تبدیلی کے ضابطوں کے تحت تبدیل کر دیا جاتا ہے لیکن اگر ایسا کرنا ممکن نہ ہو تو وہ ٹیم اس ضابطہ کی شق (الف) کی پابندی کے باوجود بھی ایک خصوصی تبدیلی کرنے کا حق رکھتی ہے۔ اس خصوصی تبدیلی سے مراد ایسا کوئی بھی کھلاڑی جو چوٹ لگنے کے وقت کورٹ میں نہیں تھا (ماسوائے ”لیبرو“ کے) اس رژمی کھلاڑی کی جگہ لے سکتا ہے لیکن یہ رژمی کھلاڑی دوبارہ کھیل میں شامل نہیں ہو سکتا۔ کسی ایسے کھلاڑی کو جسے مقابلے سے خارج کر دیا گیا ہو ضابطہ کے مطابق اس کی جگہ نیا کھلاڑی کھیل میں شامل کر لیا جاتا ہے لیکن اگر ایسا کرنا ممکن نہ ہو تو اس ٹیم کو مکمل قرار دے دیا جاتا ہے۔

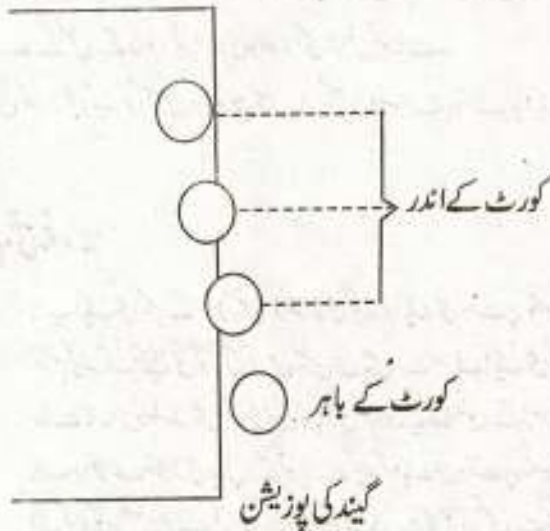
”لیبرو“ کھلاڑی (Liberio Player):

میلج شروع ہونے سے پیشتر اس کھلاڑی کا نام ’سکور شیٹ‘ پر مخصوص جگہ پر درج کرنا لازمی ہوتا ہے اور پہلے ’سیٹ‘ کی

لائسن اپ شٹ پر اس کے نمبر کا ہونا بھی لازمی ہے۔ لیبرو کھلاڑی کھیل میں مندرجہ ذیل شرائط کے تحت شامل ہو سکتا ہے:-

- i- اس کا لباس دوسرے کھلاڑیوں سے مختلف ہوتا ہے۔
 - ii- وہ پچھلی قطار کے کسی بھی کھلاڑی کو تبدیل کر سکتا ہے اور صرف پچھلی قطار کے کھلاڑی کی حیثیت سے کھیل سکتا ہے اور کسی صورت میں جال سے اونچے گیند کو ایک ہٹ نہیں مار سکتا اور نہ ہی سروں یا بلاکنگ کر سکتا ہے۔ لیبرو کی تبدیلی کو معمول کی تبدیلی نہیں گردانا جاتا اس کی تعداد پر کوئی پابندی نہیں تاہم لیبرو کی ہر تبدیلی کے درمیان ایک ریٹلی کا ہونا ضروری ہے (یعنی جب بھی اس کی ٹیم دو دفعہ سروں کرنے کا حق حاصل کر لے تو پھر اسے کم از کم ایک ریٹلی کیلئے تبدیل کر دیا جاتا ہے)۔
- اگر کھیل کے دوران لیبرو زخمی ہو جائے تو ریفری اول کی اجازت سے کسی بھی ایسے کھلاڑی کو لیبرو نامزد کیا جاسکتا ہے جو کورٹ میں کھیل نہ رہا ہو، لیکن زخمی لیبرو دوبارہ کھیل میں شامل نہیں ہو سکتا۔

کھیل میں گیند کی مختلف صورتیں:



- i- گیند کا کھیل میں تصور ہوتا (Ball in play): ریفری اول کی سیٹی کے بعد جب گیند کو سروں کرنے کے لیے مارا جائے تو گیند کھیل میں تصور ہوتا ہے۔
- ii- گیند کھیل میں تصور نہ ہونا (Ball not in play): جب کوئی بھی ریفری کسی فالت کے سرزد ہونے پر یا اس کے علاوہ بھی سیٹی بجا دے تو گیند کھیل میں تصور نہیں ہوتا۔
- iii- گیند کا کورٹ کے اندر گرنا (Ball in): جب گیند کورٹ کے فرش کو (جس میں اس کی حدود کی لکیریں بھی شامل ہیں) ٹھونے تو اسے 'بال ان' کہا جاتا ہے۔
- iv- گیند کورٹ سے باہر گرنا (Ball out): مندرجہ ذیل صورتوں میں گیند کورٹ کو حدود سے باہر گرنا تصور ہوتا ہے:
 - (الف) جب گیند کا وہ حصہ جو زمین کو چھوئے مکمل طور سے حدود کی لکیروں سے باہر ہو، یا
 - (ب) جب گیند کسی ایسی چیز کو چھو لے جو کورٹ کی حدود سے باہر ہو (مثلاً چھت، کوئی شخص، جال کے کھمبوں، آئینا اور سیٹوں یا سائیز بینڈ سے باہر کے جال کو وغیرہ)۔

(ج) جب گیند مکمل طور پر یا اس کا کچھ مخصوص کردہ گز رگاہ کی عمودی حد کے درمیان میں سے نہ گزرے۔

(د) جب گیند مکمل طور پر جال کے نیچے سے گزر جائے۔

گیند کو کھیلنا:

ہر ایک ٹیم کے لیے ضروری ہے کہ وہ اپنے مخصوص کھیلنے کے علاقہ (Playing Area) اور گیند کی مخصوص شدہ گز رگاہ کے اندر کھیلیں تاہم فری زون کے باہر سے بھی گیند کو حاصل کیا جاسکتا ہے۔

”ٹیم ہٹس“ (Team Hits):

ہر ٹیم گیند کو واپس بھیجنے کے لیے اسے زیادہ سے زیادہ تین مرتبہ مار سکتی ہے (سوائے بلا کنگ کے) اگر کوئی ٹیم گیند کو چار دفعہ مار دے تو یہ بے ضابطگی ”فور ہٹس“ (Four Hits) کہلاتی ہے۔ ”ٹیم ہٹس (Team Hits)“ میں کسی کھلاڑی کا دیدہ واندستہ طور پر گیند کو مارنے کے عمل کے علاوہ غیر ارادی ہٹھو نا بھی شامل ہوتا ہے۔

کوئی کھلاڑی گیند کو مسلسل دو مرتبہ نہیں مار سکتا (ماسوائے بلا کنگ یا ایک ہی وقت پر گیند جسم کے ایک سے زیادہ حصوں کو چھو لے)۔

گیند کو ہم وقتی چھو نا:

(الف) جب ایک ہی ٹیم کے دو (تین) کھلاڑی گیند کو ایک ہی وقت پر چھو لیں تو یہ دو، تین مرتبہ مارنا تصور ہوتا ہے، لیکن اگر وہ تمام گیند تک پہنچنے کی کوشش کریں لیکن ان میں سے صرف ایک ہی گیند کو چھو پائے تو اسے صرف ایک مرتبہ مارنا تسلیم کیا جائے گا۔ اس سلسلہ میں کھلاڑیوں کا باہمی ٹکراؤ بے ضابطگی کے زمرہ میں نہیں آتا۔

(ب) جب دو مخالف کھلاڑی جال کے اوپر سے گیند کو ایک ہی وقت پر چھو لیتے ہیں اور اگر گیند کھیل میں ہی رہتا ہے تو جو بھی ٹیم اس گیند کو حاصل کرے گی وہ اسے تین مرتبہ مارنے کا حق رکھتی ہے لیکن اگر یہ گیند کورٹ کی حدود سے باہر جا کرے تو اسے مخالف ٹیم کا فالت گردانا جائے گا۔

(ج) اگر دو مخالف کھلاڑیوں کے گیند کو ایک ہی وقت میں چھونے سے یہ ان کے ہاتھوں میں کچھ وقت کے لیے رک جائے (Catch) تو اسے ڈبل فالت تصور کیا جاتا ہے اور ریلی دوبارہ کھیلی جاتی ہے۔

اعانت شدہ ہٹ (Assisted Hit):

اپنے کھیلنے کے علاقہ میں کوئی کھلاڑی گیند تک پہنچنے کے لیے اپنے کسی ساتھی یا کسی اور چیز کا سہارا لینے کا مجاز نہیں تاہم اگر کوئی کھلاڑی فالت کرنے والا ہو، مثلاً وہ جال کو چھونے یا کورٹ کی درمیانی لکیر کو عبور کرنے والا ہو، تو ایسی صورت کے پیش نظر اسے ساتھی اسے پیچھے سے پکڑ کر روک سکتا ہے۔

ہٹ کی خصوصیات (Characteristics of the Hit):

گیند جسم کے کسی بھی حصہ کو لگ سکتا ہے لیکن اسے مارنا ضروری ہوتا ہے۔ اس کو نہ تو پکڑا اور نہ ہی کسی طرف کو پھینکا جاسکتا ہے گیند کسی بھی سمت اچٹ (Rebound) سکتا ہے اور جسم کے مختلف حصوں کو ایک ہی وقت میں چھو سکتا ہے۔

گیند کو کھیلنے میں بے ضابطگیاں (Faults in Playing):

- (الف) گیند کو واپس بھیجنے کے لیے اسے چار مرتبہ مارنا (Four Hits)۔
 (ب) اعانت شدہ ہٹ لگانا جس میں کھلاڑی اپنے ساتھی یا کسی اور چیز کا سہارا لے کر گیند تک پہنچ جائے (Assisted Hits)۔
 (ج) گیند کو مارنے کی بجائے اسے پکڑ لینا یا پھینکنا (Catch)۔
 (د) کھلاڑی گیند کو دو دفعہ کیے بعد دیگرے مارے یا گیند مختلف اوقات میں اس کے جسم کے مختلف حصوں کو چھو لے (Double Contact)۔

جال پر کھیل:

گیند کا جال کو عبور کرنا:

گیند کو مخالف کی کورٹ میں بھیجنے کے لیے مخصوص گزرگاہ (Crossing Space) میں سے گزرنا ضروری ہوتا ہے۔ جس کا تعین اس طرح سے کیا جاتا ہے۔ نیچے کی جانب جال کا اوپر کا کنارہ، اطراف پر اینٹینا اور ان کا فرضی بڑھاوا اور اوپر کی جانب "ان ڈور کورٹ" کی صورت میں اسکی چھت اور "آؤٹ ڈور" کی صورت میں لامحدود، جب گیند مکمل طور پر جال کے نیچے سے گزر جائے تو اسے "آؤٹ" تصور کیا جاتا ہے۔

گیند کا جال کو چھونا:

گیند جال کو عبور کرتے وقت چھو سکتا ہے، لیکن سروں کے علاوہ اگر گیند جال کو چھو کر اسے عبور نہ کر پائے تو اسے واپس بھیجنے کے لیے اس پر تین مرتبہ مارنے کے ضابطہ کا ہی اطلاق ہوگا، لیکن اگر گیند جال کو چھا کر اس میں سے گزر جائے یا اس کو نیچے گرا دے تو یہ ریلی دوبارہ کھیلی جائے گی۔

کھلاڑی کا جال کی اوپری حد عبور کرنا:

- i- بلاکنگ کرتے وقت بلاک کرنے والا کھلاڑی جال کی حد سے آگے گیند کو چھو سکتا ہے، بشرطیکہ وہ مخالف کی ایک ہٹ مارنے سے پہلے کے کھیل میں یا اس کے دوران رکاوٹ کا باعث نہ بنے۔
- ii- "ایک ہٹ" مارنے کے بعد کھلاڑی کا ہاتھ جال کی دوسری طرف جاسکتا ہے بشرطیکہ ہٹ اس نے اپنی طرف سے ماری ہو۔

وسطی لکیر کے پار مخالف کی کورٹ میں دخل اندازی:

کھلاڑی کے صرف ہاتھ یا پاؤں وسطی لکیر کے پار مخالف کی کورٹ کو چھو سکتے ہیں، مگر ان کے کچھ نہ کچھ حصوں کا وسطی لکیر کے اوپر رہنا ضروری ہوتا ہے۔ جسم کے کسی اور حصہ سے مخالف کی کورٹ کو چھونا ممنوع ہے تاہم جب گیند کھیل میں نہ ہو تو وہ مخالف کی کورٹ میں داخل ہو سکتا ہے۔ کھیل کے دوران کھلاڑی مخالف کے 'فری زون' میں داخل ہونے کا مجاز ہے بشرطیکہ وہ ان کے کھیل میں دخل نہ ہو۔

جال کو چھوٹا:

حادثاتی طور پر جال کو چھو لینا بے ضابطگی کے زمرے میں نہیں آتا ہے ماسوائے کسی ایسے کھلاڑی کے جو گیند کو کھیلنے کی کوشش میں اسے چھو لے۔ جب کوئی کھلاڑی ایک دفعہ گیند کو مار لے تو وہ کھیلوں، اس کی رسیوں یا جال کی پوری لمبائی کے باہر کسی اور چیز کو چھو سکتا ہے بشرطیکہ وہ مخالف کے کھیل میں متخل نہ ہو، اگر مخالف ٹیم کا کھیلنا ہو گیند جال میں زور سے لگے کہ جال میں سے یہ مخالف کو چھو لے تو اسے مخالف کی بے ضابطگی رقالت تصور نہیں کیا جائے گا۔

جال پر کھیل کے دوران بے ضابطگیاں / فالٹس:

- (الف) مخالف کھلاڑی کی ایک ہٹ سے پہلے یا اس کے دوران اگر کوئی کھلاڑی گیند یا کسی مخالف کو انہی کے کھیلنے کی حدود میں چھو لے۔
- (ب) اگر کھلاڑی جال کے نیچے مخالف کی کورٹ میں داخل ہو کر ان کے کھیل میں دخل اندازی کرے۔
- (ج) اگر کوئی کھلاڑی وسطی ٹیکر کو مکمل طور پر پار کر لے۔
- (د) جب کوئی کھلاڑی گیند کو کھیلنے ہوئے جال یا اینٹینا چھو لے۔

”سروس“ (Service):

یہ گیند کو کھیل میں شامل کرنے کے عمل کا نام ہے جس میں پچھلی قطار کا دائیں جانب کا کھلاڑی سروس زون میں کھڑے ہو کر گیند کو اچھا کر اور ہاتھ سے مار کر جال کے اوپر سے مخالف کی کورٹ میں بھیجتا ہے۔

پہلے سیٹ میں پہلی سروس:

پہلے سیٹ اور فیصلہ کن سیٹ میں پہلی سروس کرنے کا فیصلہ دونوں ٹیموں کے کمپنوں کے درمیان ٹاس سے کیا جائے گا۔ دوسرے تمام سیٹوں میں پہلی سروس وہ ٹیم کرے گی جس نے اس سے پہلے سیٹ میں سروس نہیں کی تھی۔

سروس کی ترتیب (Service Order):

ہر ایک سیٹ میں سروس کی ترتیب ”لائن اپ شیٹ“ پر درج شدہ ترتیب کے مطابق ہی متعین کرنی ضروری ہے۔ ہر سیٹ میں پہلی سروس کے بعد اگلی سروس کرنے والے کھلاڑی کا تعین مندرجہ ذیل طریقہ سے کیا جاتا ہے۔

(الف) جب سروس کرنے والی ٹیم ریلی جیت جاتی ہے تو وہی کھلاڑی (یا اس کا متبادل) جس نے پہلے سروس کی تھی اگلی سروس کرے گا۔

(ب) جب سروس وصول کرنے والی ٹیم ریلی جیت جاتی ہے تو اسے اگلی سروس کرنے کا حق حاصل ہو جاتا ہے اور سروس کرنے سے پیشتر اس ٹیم کے کھلاڑی گھڑی کی سوئیوں کے رخ ایک ایک جگہ آگے تبدیل کر لیتے ہیں۔ اگلی قطار کا دائیں جانب کا کھلاڑی پچھلی قطار میں دائیں جانب جا کر سروس کرتا ہے۔ ریٹری اول اس امر کی پوری طرح سے تسلی کرنے کے بعد کہ

دونوں ٹیمیں کھیلنے کے لیے تیار ہیں اور سروں کرنے والے کھلاڑی کے ہاتھ میں گیند ہے سیٹی بجا کر سروں کرنے کی اجازت دیتا ہے۔

سروں کرنا (Execution of the Service):

سروں کرنے کے لیے ایک ہاتھ یا بازو کے کسی حصے سے گیند کو ہوا میں اچھال کر یا ہاتھ سے چھوڑ کر اس سے پیشتر کہ وہ جسم کے کسی اور حصہ کو یا فرش کو لگے، مارا جاتا ہے۔

جس وقت سروں کے لیے گیند کو مارا جاتا ہے یا "سپائیک سروں" (Spike Service) کے لیے ہوا میں گودا جاتا ہے تو کھلاڑی کو کورٹ کے اندر جس میں پچھلی لائن یا سروں زون کے باہر کی جگہ بھی شامل ہے اسے چھو نے کی اجازت نہیں، لیکن گیند کو مارنے کے بعد وہ کورٹ کے اندر یا سروں زون کے باہر قدم رکھ سکتا ہے۔ ریفری اول کی سیٹی بجانے کے بعد آٹھ سیکنڈ کے اندر اندر ہی سروں کرنا لازمی ہے تاہم ریفری کی سیٹی سے پیشتر کی ہوئی سروں منسوخ شمار ہوگی اور اسے دوبارہ کیا جائے گا۔

سروں کرنے کی کوشش (Service Attempt):

سروں کے لیے صرف ایک ہی کوشش دی جاتی ہے جب کھلاڑی سروں کرنے کی غرض سے گیند کو ہوا میں اچھالتا یا چھوڑتا ہے اور کھلاڑی گیند کو کھیلے بغیر زمین پر گر جانے دیتا ہے تو یہ عمل سروں کی کوشش شمار ہوتا ہے، اگر سروں کی پہلی کوشش کے بعد منصف اعلیٰ دوبارہ سروں کرنے کی اجازت دے دیتا ہے تو سروں کرنے والے کھلاڑی کے لیے لازمی ہے وہ بلا تاخیر اگلے تین سیکنڈ کے اندر اندر ہی دوبارہ سروں کرے۔

سروں کی بے ضابطگیاں (Service Faults):

مندرجہ ذیل بے ضابطگیوں کی بنا پر سروں کرنے کا حق تبدیل ہو جاتا ہے اگر:

(الف) سروں، سروں کی ترتیب کے مطابق نہ کی جائے۔

(ب) سروں صحیح طریقہ سے نہ کی جائے۔

(ج) (i) سروں کرنے کی کوشش کے مجوزہ ضابطوں کی کسی بھی صورت میں خلاف ورزی کی جائے۔

(ii) گیند کو صحیح طریقہ سے مارنے کے بعد اگر گیند سروں کرنے والی ٹیم کے کسی کھلاڑی کو چھو لے یا جال کی عمودی حد کو عبور نہ

کر پائے یا کورٹ کی حدود سے باہر جا کرے (سروں کے دوران اگر گیند جال کو چھو کر پار چلی جائے تو ایسی سروں کو صحیح

مان لیا جاتا ہے)۔

ایٹک ہٹ (Attack Hit):

سروں اور بلاک کے علاوہ کھلاڑی کے وہ تمام افعال جن کے ذریعے وہ گیند کو مخالف کی طرف بھیجنے کے لیے استعمال کرتا ہے ایک ہٹ کہلاتے ہیں۔ ایک ہٹ میں گیند کو بلا کا سا بھی چھوا جا سکتا ہے لیکن اسے پکڑا یا دھکیلا نہیں جا سکتا۔ ایک ہٹ گیند کے جال کے عمودی حد کو عبور کرنے یا اسے مخالف کے چھو لینے کے ساتھ ہی اختتام پذیر ہو جاتی ہے۔

ایک ہٹ کی پابندیاں (Restrictions of the Attack Hit):

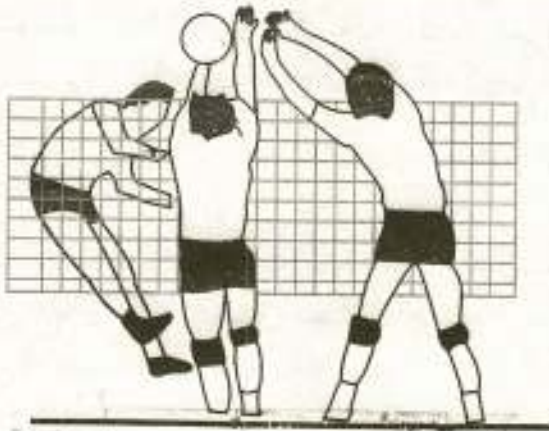
اگلی قطار کا ہر کھلاڑی گیند کو کسی بھی بلندی سے "ایک ہٹ" مار سکتا ہے بشرطیکہ گیند کو اس نے کھیلنے کی اپنی حدود (Own Playing Space) میں سے مارا ہو۔ پچھلی قطار کا کھلاڑی "فرنٹ زون" سے پیچھے رہ کر گیند کو کسی بھی بلندی پر سے "ایک ہٹ" مار سکتا ہے۔ بشرطیکہ جب وہ ہوا میں اچھلے تو اس کا پاؤں نہ تو "ایک لائن" (Attack Line) کو ٹھوٹے اور نہ ہی اسے عبور کرے البتہ گیند کو مارنے کے بعد وہ "فرنٹ زون" میں اترا یا گر سکتا ہے، اگر گیند کا کوئی حصہ اتصال کے وقت جال کی بلندی سے نیچا ہو تو اسے پچھلی قطار کا کھلاڑی "فرنٹ زون" میں سے بھی ایک ہٹ مار سکتا ہے۔ مخالف کی جال سے اونچی سروں پر فرنٹ زون میں ایک ہٹ مارنے کی اجازت نہیں۔

"ایک ہٹ" کی بے ضابطگیاں (Faults of Attack Hit):

- (الف) اگر کھلاڑی مخالف ٹیم کے کھیلنے کی حدود کے اندر گیند کو کھیلے۔
- (ب) اگر گیند کھیل کی حد بندی کیکیروں کے باہر جا گرے۔
- (ج) پچھلی قطار کا کھلاڑی "فرنٹ زون" میں سے گیند کو اس وقت کھیلے جبکہ یہ مکمل طور پر جال سے بلند ہو۔
- (د) کھلاڑی "فرنٹ زون" میں سے مخالف کی سروں پر اس وقت "ایک ہٹ" مارے جب کہ گیند مکمل طور پر جال سے اونچا ہو یا جب "لیبرو" کسی ایسے گیند کو "ایک ہٹ" مارے جو مکمل طور پر جال سے بلند ہو۔

"بلاکنگ" (Blocking):

جال کے نزدیک اگلی قطار کے کھلاڑیوں کا جال کی بلندی سے اونچا کود کر مخالف کے گیند کو روکنے کا ایک دفاعی عمل ہے۔ جس میں صرف اگلی قطار کے تمام کھلاڑی حصہ لے سکتے ہیں۔ بلاکنگ کے دوران بیک وقت گیند ایک یا ایک سے زائد کھلاڑیوں کو چھو سکتا ہے۔ بلاکنگ کے دوران کھلاڑی کے ہاتھ یا بازو جال کی حد کو عبور کر سکتے ہیں بشرطیکہ وہ مخالف کے کھیل میں خلل انداز نہ ہو لیکن مخالف کی "ایک ہٹ" مارنے سے پیشتر، جال کے پار گیند کو چھونے کی ہرگز اجازت نہیں۔ بلاکنگ کے دوران گیند کو چھو لینا "ٹیم ہٹس" میں شمار نہیں ہوتا بلکہ گیند کو واپس بھیجنے کے لیے اسے مزید تین دفعہ مارنے کا حق حاصل ہوتا ہے۔ بلاک کے بعد کوئی بھی کھلاڑی گیند کو پہلی 'ہٹ' مار سکتا ہے چاہے اس کھلاڑی نے بلاک کرتے وقت گیند کو چھوا ہو۔ مخالف کی سروں کو بلاک کرنا ممنوع ہے۔



بلاکنگ کی بے ضابطگیاں (Faults of Blocking):

- (الف) بلاک کرنے والا کھلاڑی اگر گیند کو مخالف کی کھیلنے کی حدود میں ایک ہٹ سے پہلے یا اس کے لگانے کے وقت چھو لے۔
- (ب) گچھلی قطار کا کھلاڑی اگر بلاکنگ میں حصہ لے۔
- (ج) مخالف کی سروں بلاک کرنا۔
- (د) بلاک کیا ہوا گیند اگر کورٹ کی حدود سے باہر چلا جائے۔
- (و) انشٹا کے باہر سے مخالف کے کھیلنے کی حدود میں گیند کو بلاک کرنا۔
- (و) اگر لیبر و بلاکنگ میں حصہ لے۔

کھیل کو وقتی طور پر روکنا اور تاخیر (Interruptions and Delays):

معمول کے مطابق کھیل کو ٹائم آؤٹ اور کھلاڑیوں کی تبدیلی کے لیے روکا جاتا ہے۔ ہر ایک ٹیم کو ہر سیٹ میں دو ٹائم آؤٹ لینے اور 8 کھلاڑی تبدیلی کرنے کی اجازت ہے۔ کھیل روکنے کی درخواست صرف کوچ یا ٹیم کیپٹن ہی کر سکتے ہیں یہ درخواست ہاتھ کے روایتی اشارے کی مدد سے اس وقت کی جاتی ہے جب گیند کھیل میں نہ ہو اور ریفری نے اگلی سروں کے لیے ابھی سیٹی نہ بجائی ہو۔ سیٹ شروع ہونے سے پیشتر اگر تبدیلی کی درخواست کی جائے تو اسے مان لیا جاتا ہے لیکن اس تبدیلی کو اس سیٹ میں معمول کے مطابق تبدیلی شمار کیا جاتا ہے۔

”ٹائم آؤٹ“ اور ”ٹیکنیکل ٹائم آؤٹ“ (Time Out & Technical Time Out):

- (الف) معمول کے ”ٹائم آؤٹ“ کی میعاد 30 سیکنڈ ہوتی ہے۔
- (ب) بین الاقوامی والی بال فیڈریشن کے تمام مقابلوں میں پہلے چار سیٹوں میں سے ہر ایک سیٹ میں جب بھی کوئی ٹیم پہلے 8 اور 16 پوائنٹ سکور کر لیتی ہے تو ایک، ایک منٹ کا وقفہ دیا جاتا ہے جسے ”ٹیکنیکل ٹائم آؤٹ“ کہتے ہیں۔ ان کے علاوہ ہر ٹیم کو صرف ایک ایک معمول کا ”ٹائم آؤٹ“ لینے کا حق حاصل ہے جس کی مدت 30 سیکنڈ ہوگی۔
- (ج) فیصلہ کن سیٹ کے دوران ”ٹیکنیکل ٹائم آؤٹ“ نہیں دیے جاتے بلکہ ہر ایک ٹیم معمول کے مطابق دو ”ٹائم آؤٹ“ لینے کی مجاز ہے۔

تمام ”ٹائم آؤٹس“ کے دوران کھلاڑیوں کے لیے ضروری ہے کہ وہ اپنے ”ٹیم بنچ“ (Team Bench) کے نزدیک فری زون میں چلے جائیں۔

کھلاڑیوں کی تبدیلی (Player's Substitution):

کھلاڑیوں کی تبدیلی صرف تبدیلی کے مخصوص علاقہ میں ہی کرنا ضروری ہے۔ تبدیلی کے لیے وقت اتنا ہونا چاہیے جس میں سکورشٹ پر اس تبدیلی کا اندراج اور کھلاڑی کو کورٹ میں داخل ہونے اور باہر آنے کے لیے مناسب ہو۔ (بین الاقوامی مقابلوں میں سہولت کے لیے کھلاڑیوں کے نمبر ظاہر کرنے کی تختیاں استعمال کی جاتی ہیں)۔ جس وقت تبدیلی کے لیے درخواست کی جائے تو وہ کھلاڑی جو کھیل میں شامل ہونا چاہتا ہے اسے اپنے کوچ کے نزدیک بالکل تیار کھڑا رہنا چاہیے۔ اگر وہ ایسا نہیں کر پاتا تو

کھلاڑی کو تہدیل کرنے کی اجازت نہیں دی جاسکتی بلکہ اس ٹیم کو کھیل میں تاخیر کرنے کی بنا پر مستحب کیا جاتا ہے۔ اگر کوچ ایک ہی وقت پر ایک سے زیادہ کھلاڑی تہدیل کرنا چاہتا ہے تو اسے درخواست کرتے وقت اس تعداد کا بھی اشارہ دینا ہوگا اس صورت میں ایک جوڑے کے بعد دوسرا جوڑا تہدیل کیا جاتا ہے۔

کھیل میں غیر معمولی تعطل (Exceptional Game Interruption):

اگر کھیل کے دوران کوئی شدید حادثہ پیش آجائے تو ریفری کو فوراً ہی کھیل بند کر دینا چاہیے اور طبی امداد مہیا کرنے والے عملے کو کورٹ میں داخل ہونے کی اجازت دے دینی چاہیے۔ بعد میں یہ ریٹی دوبارہ کھیلی جائے گی، اگر زخمی کھلاڑی معمول کے مطابق یا غیر معمولی تہدیلی کے ضابطے کے تحت تہدیل نہ کیا جاسکتا ہو تو ایسی صورت میں کھلاڑی کو صحت یابی کے لیے تین منٹ کا وقفہ دیا جاتا ہے۔ ایسے کھلاڑی کے لیے اس طرح کا وقفہ پورے میچ کے دوران صرف ایک ہی دفعہ دیا جاتا ہے، لیکن اگر وہ کھلاڑی پھر بھی کھیلنے کے قابل نہ ہو تو ایسی ٹیم کو مکمل قرار دے دیا جاتا ہے، اگر اس طرح کا تعطل کسی بیرونی عناصر کی وجہ سے ہو تو کھیل کو روک دیا جاتا ہے اور پھر یہ ریٹی دوبارہ کھیلی جائے گی۔

کھیل کے دوران وقفہ (Intervals):

ہر ایک سیٹ کے درمیان تین منٹ کا وقفہ دیا جاتا ہے اس وقفہ کے دوران کورٹس کی تہدیلی اور سکورشیت پر ٹیم لائن اپ کی ترتیب کا اندراج کیا جاتا ہے۔

کورٹس کی تہدیلی (Change of Courts):

فیصلہ کن سیٹ کے علاوہ ہر سیٹ کے اختتام پر دونوں ٹیمیں اپنے اپنے کورٹس تہدیل کر لیں گی اور ان کے باقی ساتھی اپنے اپنے ٹیم بنچ (Team Bench) بھی تہدیل کر لیں گے۔ فیصلہ کن سیٹ میں جب بھی کوئی ٹیم پہلے آٹھ پوائنٹ سکور کر لیتی ہے تو دونوں ٹیمیں بغیر کسی تاخیر کے اپنے اپنے کورٹ تہدیل کر لیتی ہیں اور ان کے کھلاڑیوں کی پوزیشنیں وہی ہوں گی لیکن اگر کورٹ کی یہ تہدیلی مناسب وقت پر نہ کی گئی ہو تو جب بھی اس غلطی کا انکشاف ہو جائے فوراً ہی اس کی درستگی کی جائے اور جو سکور اس وقت ہوگا اسے مان لیا جائے گا۔

کھلاڑیوں کا طرز عمل (Player's Conduct):

کھلاڑیوں کے لیے لازمی ہے کہ وہ والی بال کے قوانین کو جانیں اور ان پر پوری طرح سے عمل کریں ان پر یہ بھی لازم ہے کہ اچھے کھلاڑی کی مانند ریفری کے ہر فیصلے کو خوش اسلوبی سے قبول کریں۔ شبہ کی بنا پر اگر وہ چاہیں تو اپنے ٹیم کیپٹن کی وساطت سے اس کی وضاحت طلب کریں۔ ٹیم کے باقی شرکا کو ایسی حرکات اور معاندانہ رویہ اپنانے سے گریز کرنا چاہیے جو ریفری کے فیصلوں پر اثر انداز ہونے یا ایسی بے ضابطگیوں کو چھپانے کے لیے ہو جو ان کے اپنے ساتھیوں سے سرزد ہوئی ہوں۔

اصولوں کے مطابق کھیل (Fair Play):

کھیل کے شرکا کے لیے ضروری ہے کہ ریفری، کھیل کے دوسرے اہلکاروں، مخالفین اور تماشاچیوں کے ساتھ ادب و احترام اور خوش اسلوبی سے پیش آئیں۔ کھیل کے دوران ٹیم کے ارکان باہمی زبانی رابطہ رکھ سکتے ہیں۔

کھلاڑیوں کی بد اخلاق اور اس کی شدت کی بنا پر سزا کا تعین:

کھلاڑیوں کا نامناسب رویہ:

غیر ضروری بحث کرنا، ڈرانا دھمکانا، گستاخانہ رویہ اپنانا، اچھے طور طریقوں کے منافی اور حقارت سے بھرپور طرز عمل کا اظہار کرنا، جارحیت پر مبنی طرز عمل، توہین آمیز الفاظ اور معنی خیز حرکات کا مظاہرہ کرنا۔

جارحانہ عزائم:

لڑائی مار کٹائی میں پہل کرنا، نسبتاً جارحیت پر مبنی طرز عمل کا عملی مظاہرہ کرنا، ریفری اوّل قانون شکنی کی شدت کی مطابقت سے مندرجہ ذیل سزاؤں میں سے مناسب سزا کا انتخاب کرتا ہے۔

i- بد اخلاق کی بنا پر انتہا: کھلاڑی کو متنبہ کیا جاتا ہے کہ وہ کھلاڑی کے غیر شایان شان رویہ کا اعادہ نہ کرے۔ سکورشٹ پر اس سزا کا اندراج کیا جاتا ہے اس کھلاڑی کا ایسا رویہ دوبارہ اپنانے پر اس ٹیم کو ریٹیل میں ہارا ہوا تسلیم کیا جاتا ہے۔

ii- بد اخلاق کی بنا پر پینلٹی: گستاخانہ رویہ اپنانے پر اس کھلاڑی کی ٹیم کو ریٹیل میں ہارا ہوا تصور کیا جاتا ہے اور اس پینلٹی کا اندراج سکورشٹ پر کیا جاتا ہے۔

iii- بد اخلاق کی بنا پر کھیل میں وقتی طور پر اخراج: میچ کے دوران جارحانہ رویہ کا اعادہ کرنے کی صورت میں اس کھلاڑی کو اس سیٹ کے بقیہ حصہ کے لیے کھیل سے خارج کر دیا جاتا ہے لیکن اگر وہ ایسے ہی رویہ کا مظاہرہ کرنے سے پھر بھی باز نہ آئے تو اسے پورے میچ میں سے نکال دیا جاتا ہے اور کھیل سے علاقہ بدر کر دیا جاتا ہے۔ اسکے علاوہ اس پینلٹی کا اندراج سکورشٹ پر بھی کیا جاتا ہے۔

iv- بد اخلاق کی بنا پر جارحیت پر مبنی رویہ کے مظاہرہ کی صورت میں کھیل سے اخراج (Disqualification): لڑائی مار کٹائی میں پہل کرنے والے کھلاڑی کو میچ کے تمام بقیہ حصہ کے لیے میچ سے علاقہ بدر کر دیا جاتا ہے اور اس سزا کا اندراج سکورشٹ پر کیا جاتا ہے، اگر کھلاڑی اس طرح کے طرز عمل کا کھیل شروع ہونے سے پیشتر یا مختلف سیٹوں کے درمیان وقفوں کے دوران عملی مظاہرہ کریں تو انہیں بھی یہی سزائیں دی جائیں گے۔

کھیل کے اہلکار، ان کے فرائض اور کھیل کی نگرانی کا طریقہ:

کھیل کے اہلکاروں کا دستہ مندرجہ ذیل پر مشتمل ہوتا ہے۔

- | | | | |
|------|-------------------------|-----|----------------------|
| i- | منصف اعلیٰ (ریفری اوّل) | ii- | منصف دوم (ریفری دوم) |
| iii- | شمار کنندہ (سکورر) | iv- | لائن ججز (دو/ چار) |

کھیل کی نگرانی کا طریقہ کار:

i- صرف ریفری اوّل یا ریفری دوم میچ کے دوران سیٹی بجا سکتے ہیں۔ ریفری اوّل ریٹیل شروع کرنے کے لیے سروں کرنے کا اشارہ دے گا۔

- ii- ریفری اول یا ریفری دوم "ریلی" کے اختتام کا اشارہ اس وقت دیتے ہیں جب انہیں اس بات کا پتہ یقین ہو جائے کہ کوئی ایسی بے ضابطگی سرزد ہوئی ہے جس کی وہ نشاندہی کر سکتے ہیں۔
- iii- جب کھیل وقتی طور پر رکا ہوا ہو تو ریفری سیٹی کے ذریعے کسی ٹیم کی درخواست کو منظور کرنے یا نا منظور کرنے کا اشارہ دیتے ہیں۔
- iv- جونہی ریفری اول ریلی کو ختم کرنے کے لیے سیٹی بجاتا ہے تو ساتھ ہی وہ ہاتھ کے مخصوص شدہ روایتی اشارے کی مدد سے اس بے ضابطگی کی مندرجہ ذیل طریقے سے وضاحت بھی کرتا ہے۔
- (الف) وہ ٹیم جس نے ریلی شروع کرنے کے لیے سروں کرنی ہو۔ (ب) اس بے ضابطگی کی نوعیت کیا ہے۔
- (ج) کھلاڑی کا نمبر جس سے یہ بے ضابطگی سرزد ہوئی ہو۔
- (د) ریفری دوم ریفری اول کے دیئے ہوئے اشاروں کا اعادہ کرے گا۔

ریفری اول (First Referee):

وہ اپنے فرائض انجام دینے کے لیے ریفری سینٹر پر کھڑا ہوگا جو اطرائی لکیر کے باہر جال کے کسی ایک سرے کے ساتھ رکھا ہوا ہو گا۔ کھیل کی نگرانی زیادہ موثر طریقے سے کرنے کے لیے اس کی نظر کی اونچائی جال سے 50 سینٹی میٹر اونچی ہونا ضروری ہے۔

اختیارات:

وہ کھیل کے آغاز سے لیکر اس کے اختتام تک نگرانی کرتا ہے۔ کھیل کے تمام اہلکاروں اور ٹیموں کے ارکان کا نگران اعلیٰ ہوتا ہے اور اس کا فیصلہ حتمی ہوتا ہے وہ کھیل کے دوسرے اہلکاروں کے غلط فیصلوں کو منسوخ کرنے کا اختیار رکھتا ہے۔ کسی ایسے اہلکار کو جو صحیح طور پر فرائض انجام دینے سے قاصر ہو تہدیل کرنے کا مجاز ہے۔ منصف اعلیٰ کھیل کے متعلق ایسے تنازعہ امور پر جن کی تشریح کھیل کے قوانین میں نہ کی گئی ہو، فیصلہ دیتا ہے۔ منصف اعلیٰ کسی شخص کو اپنے کیے ہوئے فیصلے کے متعلق بحث یا تنقید کرنے کی اجازت نہیں دے گا تاہم ٹیم کپٹن کی درخواست پر وہ اس ضابطے کے اطلاق کے متعلق تشریح کرے گا۔ جس کی بنا پر مذکورہ فیصلہ دیا گیا تھا۔

کھیل سے پیشتر مخصوص ذمہ داریاں:

- (الف) وہ کھیل میں استعمال ہونے والے تمام سامان کی جانچ پڑتال اور کھیلنے کے علاقہ (Playing Area) کا معائنہ کرنے کے بعد اسے کھیل کے لیے موزوں یا ناموزوں قرار دینے کا ذمہ دار ہوتا ہے۔
- (ب) دونوں ٹیم کپٹن کے درمیان ٹاس کرنا اور ٹیموں کے "وارم اپ" (Warm Up) کو کنٹرول کرنا۔
- کھیل کے دوران صرف منصف اعلیٰ ہی مندرجہ ذیل فیصلے دینے کا مجاز ہے:
- (الف) کھیل میں تاخیر اور کھلاڑی کی بد اخلاقی کی شدت کی جانچ اور سزا کا تعین کرنا۔
- (ب) سروں کرنے والے کھلاڑی سے سرزد ہونے والی بے ضابطگیوں اور سروں کرنے والی ٹیم کی پوزیشنوں کی ترتیب میں غلطی کی جانچ کرنا، اس کے علاوہ گیند کو کھیلنے وقت یا جال کے اوپر کھیل کے دوران سرزد ہونے والی بے ضابطگیوں کی جانچ کرنا ہے۔

ریفری دوم (Second Referee):

ریفری اوّل کی مخالف سمت میں کورٹ سے باہر اور کھبے کے نزدیک بیٹھایا کھڑا ہوگا۔

اختیارات:

ریفری اوّل کا معاون ہونے کے علاوہ اس کی کچھ مخصوص ذمہ داریاں بھی ہیں۔ اگر کسی وجہ سے ریفری اوّل میچ کھیلانے کے قابل نہ رہے تو یہ اس کی ذمہ داریاں سنبھال لیتا ہے۔ وہ سیٹی بجائے بغیر صرف ہاتھ کے اشارے سے کسی ایسی بے ضابطگی کی نشاندہی کر سکتا ہے جو اس کے دائرہ اختیار میں نہیں آتی۔ لیکن وہ ریفری کو اسے قبول کرنے کے لیے مجبور نہیں کر سکتا۔ وہ سکورر کے کام اور پنچ پر بیٹھے ہوئے ٹیم کے اربکان کی نگرانی کرتا ہے اور ان کی بد اخلاقی کی اطلاع ریفری اوّل کو دیتا ہے وہ ٹائم آؤٹ اور پانچوں اور چھٹی تبدیلی کے متعلق اس ٹیم کے کوچ اور ریفری اوّل کو آگاہ کرتا ہے۔ چوٹ کی صورت میں غیر معمولی تبدیلی (Exceptional Substitution) کے لیے تین منٹ کا وقفہ دینے کا مجاز ہے وہ تمام میچ کے دوران میدان کے فرش کی حالت خاص طور پر فرنٹ زون کا جائزہ لیتا رہے گا اور وقتاً فوقتاً اس امر کی بھی جانچ کرتا رہے گا کہ گیندیں ضابطوں کے مطابق ہیں۔

مخصوص ذمہ داریاں:

ہر ایک سیٹ کے شروع میں اور فیصلہ کن سیٹ میں کورٹ تبدیل کرنے کے وقت یا جب بھی وہ اس کی ضرورت محسوس کرے اس امر کی تصدیق کرے گا کہ کھلاڑیوں کی پوزیشنیں، سٹارٹنگ لائن اپ، کے مطابق ہیں۔ میچ کے دوران وہ سیٹی بجا کر یا ہاتھ کے مخصوص اشارے کی مدد سے مندرجہ ذیل کی نشاندہی کرے گا۔

- (الف) سروں وصول کرنے والی ٹیم کی کورٹ میں کھڑے ہونے کی جگہوں میں بے ضابطگی۔
- (ب) کھلاڑی کا جال کے اپنی طرف سے جال یا اینٹینا کو چھو لینا یا جال کے نیچے سے مخالف کے کورٹ میں داخل اندازی۔
- (ج) کھچلی قطار کے کھلاڑیوں کا ایک ہٹ اور بلا کنگ میں بے ضابطگی۔
- (د) گیند کا مخصوص شدہ گزر گاہ کی حدود سے باہر جال عبور کرنا یا اینٹینا کو چھو لینا۔
- (و) گیند کورٹ کے فرش یا اس کی حدود کے باہر کسی چیز کو چھو لے جسے ریفری اوّل دیکھ نہ پایا ہو۔

سکورر (Scorer):

وہ اپنے فرائض کی انجام دہی کے لیے ریفری اوّل کی مخالف سمت میں کورٹ کی اطراف لیگ سے باہر میز پر بیٹھا ہوتا ہے۔

ذمہ داریاں (Responsibilities):

سکورر سیٹ کو قوانین کے مطابق ترتیب دینے کے لیے وہ ریفری دوم سے پورا تعاون کرتا ہے اور اپنے فرائض کی انجام دہی کے سلسلے میں ریفری کو کسی خاص بات سے مطلع کرنے کے لیے گھنٹی یا کوئی ایسا ہی اشارہ استعمال کرتا ہے۔ میچ اور ہر سیٹ سے پہلے وہ سکورر پر دونوں ٹیموں کے ناموں کا اندراج کرنے کے بعد

سٹارٹنگ لائن اپ ان کی میپا کردہ سٹارٹنگ لائن اپ شیٹ سے سکور شیٹ پر درج کرے گا اگر کسی ٹیم نے سٹارٹنگ لائن اپ شیٹ سے ندی گئی ہو تو وہ اسی وقت ریفری دوم کو مطلع کرے گا۔ وہ ان لائن اپ کو سوائے ریفری کے کسی اور شخص کو نہیں دکھائے گا۔

میچ کے دوران وہ ہر ایک ٹیم کے سکور کردہ پوائنٹ سکور شیٹ پر درج کرے گا اور اس بات کا بھی خیال رکھے گا کہ سکور بورڈ پر صحیح سکور ظاہر کیا جا رہا ہے۔ ہر ایک ٹیم کی سروس کرنے کی ترتیب کی نگرانی کرے گا اور غلطی کی صورت میں فوراً ہی ریفری کو اس سے آگاہ کرے گا۔ ٹائم آؤٹس / پوائنٹس اور کھلاڑیوں کی تبدیلی کو سکور شیٹ پر درج کرے گا اور کھیل کو وقتی طور پر روکنے کی درخواست اگر معمول کے مطابق نہ ہو تو فوراً ہی ریفری کو اس امر سے آگاہ کرے گا۔ میچ کے اختتام اور فیصلہ کن سیٹ میں آٹھ پوائنٹ سکور ہو جانے کی صورت میں اس کا اعلان کرے گا اور سکور شیٹ پر انتہاء اور سزا کا اندراج کرے گا۔ میچ کے اختتام پر حتمی نتیجہ کا اندراج اور سکور شیٹ پر خود دستخط کرنے کے بعد دونوں ٹیم کپٹنز سے اور پھر ریفری سے بھی دستخط کرائے گا۔ احتجاج کی صورت میں وہ خود یا متعلقہ ٹیم کپٹین کو سکور شیٹ پر اس واقعہ کی صورت حال درج کرنے کی اجازت دے گا۔

لائن ججز (Line Judges):

بین الاقوامی میچوں میں ضروری ہے کہ چار "لائن ججز" تعینات کیے جائیں۔ وہ فری زون میں کورٹ کے چاروں کونوں میں ایک سے تین میٹر کے فاصلے پر کھڑے ہوتے ہیں لیکن اگر صرف دو لائن ججز استعمال کیے جا رہے ہوں تو وہ دونوں ریفریوں کے دائیں جانب کے کونوں کے نزدیک کھڑے ہوں گے اور ہر ایک اپنی طرف کی اطراف اور پچھلی لکیروں کی نگرانی کا ذمہ دار ہوگا۔

ذمہ داریاں (Responsibilities):

- لائن ججز 30 مربع سینٹی میٹر کی جھنڈیوں کے ذریعے مندرجہ ذیل ذمہ داریاں نبھاتا ہے:
- i- وہ اپنی مخصوص شدہ لکیروں کے نزدیک گیند کے کورٹ کے اندر یا باہر گرنے یا جب گیند انٹینا کو ٹچو لے یا مخصوص شدہ گز راہ کے باہر سے جال کو عبور کرنے کا اشارہ دیتے ہیں۔
 - ii- سروس کے وقت سروس کرنے والے کھلاڑی کے علاوہ کوئی اور کھلاڑی اپنی کورٹ کی حدود سے باہر نہ کھڑا ہو۔
 - iii- سروس کرنے والے کھلاڑی "فٹ فالٹ" کی جانچ کرنے کا ذمہ دار ہوتا ہے۔ لائن ججز کے لیے ضروری ہے کہ ریفری اول کی درخواست پر اپنے اشارہ کا اعادہ کرے۔

باضابطہ اشارے (Official Signals):

ریفری کے دستی اشارے (Referee's Hand Signals): ریفری کے لیے ضروری ہے کہ ہاتھ کے اشارے سے اس بے ضابطگی کی نشاندہی کرے اور اشارہ کیے ہوئے ہاتھ کو کچھ وقت کے لیے اسی حالت میں رہنے دے، اگر یہ اشارہ صرف ایک ہاتھ سے کیا گیا ہو تو دوسرے ہاتھ سے اسی ٹیم کی طرف اشارہ کرے جو اس بے ضابطگی کی مرتکب ہوئی ہو یا اس نے کوئی درخواست کی ہو۔ اس کے بعد ریفری بے ضابطہ ٹیم کھلاڑی کی نشاندہی کرے گا اور اپنے اشارے سے اس ٹیم کی نشاندہی پر ختم کرے گا جس نے اگلی سروس کرنی ہو۔

لائسن ججز کے جھنڈی کے ساتھ اشارے (Line Judges' Flag Signals):

- i- جھنڈی نیچے کی جانب کرنا (گیند کورٹ کے اندر گرنے کا اشارہ)۔
- ii- جھنڈی کو عموداً اوپر اٹھادینا (گیند کورٹ کے باہر گرنے کا اشارہ)۔
- iii- جھنڈی کو سیدھا رکھتے ہوئے خالی ہاتھ سے اس کو اوپر سے اٹھوٹا (کورٹ سے باہر گرنے والی گیند کو ہاتھ لگ جانا)۔
- iv- جھنڈی کو سر سے اوپر اٹھلانا اور خالی ہاتھ سے اٹھینا یا پچھلی لکیر کی جانب اشارہ کرنا، (گیند کا اٹھینا کے باہر سے یا سروں گرنے والے کھلاڑی کے فٹ فالٹ کی نشاندہی کرنا)۔
- v- جھنڈی اوپر کی جانب سیدھی رکھتے ہوئے چھاتی پر ایک ہاتھ کے اوپر دوسرا ہاتھ رکھ دینا (فیصلہ دینا ممکن نہ ہونا)۔

والی بال کی چیدہ چیدہ مہارتیں (Important Skills of Volleyball)

سروں کرنا:

سروں کے تین طریقے ہیں:

(الف) ہاتھ کو نیچے سے اوپر اٹھلاتے ہوئے بیڈ منٹن کی طرح اوپنی سروں کرنا (Underhand Service):

اگر دائیں ہاتھ سے سروں کرنا مقصود ہو تو گیند کو بائیں ہتھیلی پر رکھیں اور پاؤں آگے پیچھے رکھتے ہوئے ہاتھ کو نیچے سے اٹھلاتے ہوئے اوپر لائیں اور اس سے پہلے کہ دایاں ہاتھ گیند کو لگے بائیں ہاتھ کی ہتھیلی گیند کے نیچے سے نکال لیں تاکہ دایاں ہاتھ گیند کو اس وقت لگے جبکہ وہ ہوا میں ہونے کی ہتھیلی پر۔ کھلاڑی بندھنی یا ہاتھ کھلا رکھ کر سروں کر سکتا ہے۔

(ب) ہاتھ کو پیچھے سے اٹھلا کر بازو کو قریب سیدھا رکھتے ہوئے گیند کو مارنا (Round or Hook Service):

سروں ایریا (Service Area) میں کھلاڑی اس طرح کھڑا ہو کہ اس کے کندھے اور پاؤں سائیز لائن کے متوازی ہوں۔ گیند کو ہوا میں اچھالے، اگر کھلاڑی دائیں ہاتھ سے سروں کر رہا ہو تو دائیں بازو کو قریب سیدھا رکھتے ہوئے گھٹنوں میں خفیف سا خم دے کر اور پھر ہاتھ کا پیالہ سا بنا کر گھٹنے سیدھے کرتے ہوئے گیند کو جو نیچی وہ زد میں آئے، مارے اور بازو کی حرکت کو روکے بغیر اپنے پہلو کی طرف لے آئے۔ اس قسم کی سروں سب سے مشکل قسم کی سروں گنی جاتی ہے اور اس کے لیے بہت مہارت کی ضرورت ہوتی ہے۔

(ج) ہاتھ کو سر کے اوپر سے لاکر گیند کو ٹینس کی سروں کی طرح مارنا (Tennis Service):

دائیں ہاتھ سے سروں کرنے والا کھلاڑی پاؤں آگے پیچھے رکھ کر اس طرح کھڑا ہو کہ سروں ایریا میں اس کا بائیں پاؤں دوسرے پاؤں کی نسبت پچھلی لکیر کے قریب تر ہو۔ گیند کو اوپر اچھالا جائے۔ کھلاڑی اپنے بازو کو گھٹی سے خمیدہ کرے اور ہاتھ بند کر کے یعنی مضبوط بنا کر یا کھلے ہاتھ سے گیند کو مارے جبکہ گیند کو مارتے وقت اس کے جسم کا وزن پچھلے پاؤں سے اگلے پاؤں پر آجائے۔ گیند کو مارنے کے بعد بازو کی حرکت کو نہ روکے بلکہ آزادانہ طور پر آگے جانے دے اور گیند کو ہاتھ سے مارنے کے ساتھ ساتھ اپنا پچھلا پاؤں یعنی دایاں پاؤں بائیں پاؤں سے آگے لے آئے۔ لیکن خیال رکھنا چاہیے کہ پاؤں سروں ایریا سے باہر نہ پڑے۔ یہ عمل سروں میں تیزی اور

توازن قائم رکھنے کے لیے ضروری ہے۔ آج کل ”ٹینس سروں“ کے مندرجہ ذیل تین طریقے بہت ہی مقبول ہیں۔

i- ”ڈپ سروں“ (Dip Service):

اس طریقہ میں گیند کو اس انداز سے مارا جاتا ہے کہ غیر متوقع طور پر کورٹ کے اگلے حصے میں گر جاتی ہے۔ جس سے دفاعی کھلاڑی اکثر دھوکہ کھا جاتے ہیں اور بعض اوقات اسے کھیلنے میں ناکام ہو جاتے ہیں۔

ii- ”فلوٹ سروں“ (Float Service):

اس طریقہ میں گیند کو چھڑی سے مارنے کے انداز (Hitting with Stick or Rod) میں مارا جاتا ہے۔ یہ ہوا میں تیرتا ہوا پچھلی لکیر کے بالکل نزدیک گر جاتا ہے۔

iii- ”سپائیک سروں“ (Spike Service):

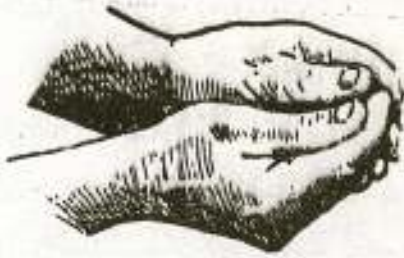
اس طریقہ کی سروں کرنے کے لیے کھلاڑی پچھلی لکیر سے پیچھے سے دوڑ کر اور ہوا میں کود کر گیند کو پوری طاقت سے چابک مارنے کے انداز (Whipping Action) سے ”والی“ (Volley) کی شکل میں مارتا ہے۔ اس طرح کی سروں میں گیند کی رفتار انتہائی تیز ہوتی ہے اور اسے کھیلنا کافی مشکل ہوتا ہے۔

گرتے ہوئے گیند کو ایک ہاتھ سے اٹھانا (One Handed Dig):



یہ عمل اس وقت کام آتا ہے جب گیند کھلاڑی کی کمر سے نیچے ہو اور زمین پر گر رہا ہو، جس طرف گیند گر رہا ہو۔ کھلاڑی اس جانب جھک جائے اور اس کے زمین پر گرنے سے پہلے پھرتی سے اسی جانب کا بازو پھیلا کر اور مٹھی بند کر کے گرتے ہوئے گیند کے سینے نیچے مکا مارے، تاکہ گیند پھر بلند ہو جائے اور اس کا دوسرا سٹمپی اسے کھیل سکے۔

دونوں ہاتھوں سے گرتے ہوئے گیند کو اٹھانا (Two Handed Dig):



کھلاڑی دونوں ہاتھوں کی انگلیاں ایک دوسرے میں پھنسا کر دونوں ہاتھوں کا ایک طرح سے مکا بنا لیتا ہے۔ بازو بالکل سیدھے رکھتے ہوئے گرتے ہوئے گیند کو نیچے سے اوپر کی طرف مارتا ہے تاکہ گیند دوبارہ بلند ہو جائے۔

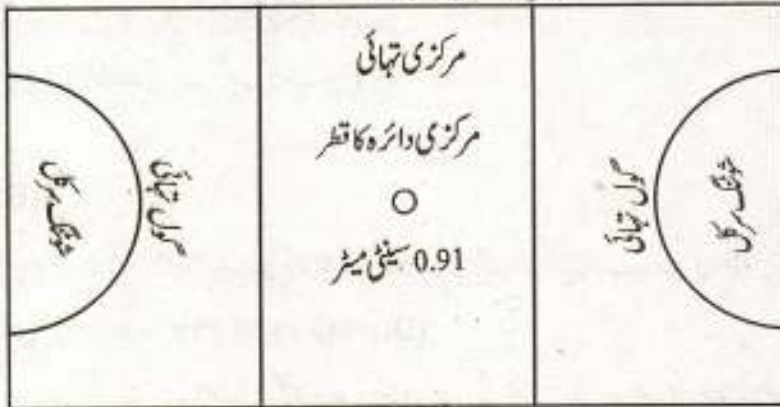
گیند کو جال کے اوپر سے مارنا (The Spike):

ایک کھلاڑی گیند کو جال کی بلندی سے زیادہ اوپر ہوا میں اچھالے۔ ہپ ٹیک کرنے والا کھلاڑی نہایت غور سے گیند کو دیکھے اور کچھ فاصلے سے دوڑ کر جال کے نزدیک آ کر گھٹنوں کو ٹھکا کر دونوں پاؤں سے ہوا میں کودے اور ہاتھ کو پیچھے جھلا کر گیند کو اس وقت مارے جب وہ جال کی بلندی سے قریباً ایک فٹ اونچا ہو۔ کھلاڑی اتنا اونچا کودے کہ وہ گیند کو اوپر سے نیچے کی طرف زور سے مار سکے۔ جال کے اوپر گیند کو ہاتھ سے مارتے وقت کھلاڑی کی کہنی میں خم ہونا چاہیے۔ جب کھلاڑی گیند کو مار چکے تو پہلو کی طرف جسم موڑے تاکہ نہ تو جال کو چھونے پائے اور نہ ہی گرتے وقت مرکزی لائن کو عبور کر جائے۔

نیٹ بال (Netball)

نیٹ بال ایک ٹیم کھیل ہے۔ اس کی ٹیم 7 کھلاڑیوں پر مشتمل ہوتی ہے۔ باسکٹ بال کی طرح اس میں بھی گیند کو رنگ میں اوپر کی جانب سے ڈال کر گول کیا جاتا ہے جو مخالف ٹیم کی کورٹ کی اختتامی لکیر کے درمیان میں ہوتا ہے۔ کھلاڑی اپنے ساتھی کو گیند پھینک کر پاس دے سکتے ہیں، لیکن اسے پکڑ کر دوڑ نہیں سکتے۔ کھلاڑیوں کو کورٹ میں مخصوص علاقوں میں پابند کیا ہوتا ہے۔ نیٹ بال کا کھیل زیادہ تر ہوا میں کھیلا جاتا ہے اور شارڈنا درہی گیند زمین کو چھوتا ہے۔

سائید لائن کی ایک تہائی 10.16 میٹر



چوڑائی 15.25 میٹر

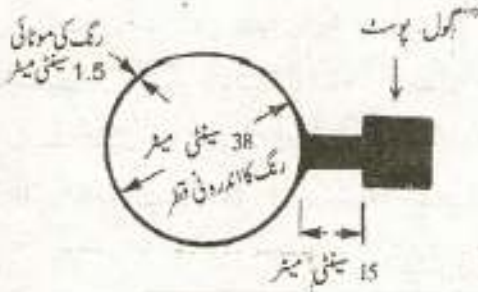
لمبائی 30.50 میٹر
کورٹ کی تقسیم

”کورٹ“ (Court):

- 1- یہ 30.50 میٹر لمبا اور 15.25 میٹر چوڑا ہوتا ہے۔ لمبائی میں حدود کی لکیریں ”سائیڈ لائنز“ اور چوڑائی میں لکیریں ”گول لائنز“ کہلائیں گی۔
- 2- کورٹ تین مساوی حصوں میں تقسیم ہوگا، جس میں سے ایک حصہ مرکزی تہائی (Centre Third) اور باقی دو حصے گول تہائی (Goal Third) ہیں۔
- 3- ہر گول تہائی (Goal Third) میں گول لائن کے نصف کو مرکز مان کر 4.88 میٹر نصف قطر کا نصف دائرہ لگایا جائے اور اس نصف دائرے میں جو جگہ گھم جائے ”شوٹنگ سرکل“ (Shooting Circle) کہلائے گی۔
- 4- کورٹ کے درمیان 0.91 سینٹی میٹر قطر کا دائرہ لگایا جائے گا جسے مرکزی دائرہ کہیں گے۔
- 5- تمام لکیریں 5 سینٹی میٹر سے زیادہ چوڑی نہیں ہوں گی اور یہ کورٹ میں شامل تصور ہوں گی۔

”گول پوسٹس“ (Goal Posts):

- ہر گول لائن کے وسط پر ایک ایک ”گول پوسٹ“ اس طرح رکھا یا لگایا جائے گا کہ اس کا ”کورٹ“ کی جانب کا پہلو ”بیک لائن“ کے باہر والے کنارے کو چھونا چاہیے۔ یہ ایک عمودی سنبے پر مشتمل ہوگا جو گول یا چوکور ہو سکتا ہے اور اس کا قطر یا موٹائی 6.5 سے 10 سینٹی میٹر ہو سکتی ہے۔ اس کے ساتھ لوہے کا بنا ہوا ایک ”رنگ“ لگا ہوگا جس کی موٹائی 1.5 سینٹی میٹر ہوگی اور جو ”گول پوسٹ“ سے 15 سینٹی میٹر ”کورٹ“ میں اندر کی جانب لگا ہوا ہوگا۔ اس کا اندرونی قطر 38 سینٹی میٹر ہوگا اور یہ زمین کی سطح سے 3.05 میٹر کی بلندی پر ہوگا، اس کے ساتھ جالی لگی ہوئی ہوگی۔ ”رنگ“ (Ring) ”گول پوسٹ“ (Goal Post) کے عین اوپر والے سرے کی سطح کے برابر اور زمین کے متوازی لگا ہوا ہوگا، اگر ”گول پوسٹ“ پر حفاظتی غلاف چڑھا ہوا ہو تو اس کی گدی کی موٹائی 2.5 سینٹی میٹر سے زیادہ نہیں ہونی چاہیے اور اسے پورے ”گول پوسٹ“ پر لگا ہونا چاہیے۔



گیند (Ball):

گیند کا مٹیو 69 سے 71 سینٹی میٹر اور وزن 400 سے 450 گرام تک ہوگا۔ یہ چمڑے، ربڑ یا کسی موزوں مادے کا بنا ہوا ہوگا۔

کھیل کا دورانیہ (Duration of the Game):

کھیل پندرہ پندرہ منٹ کے چار حصوں پر منقسم ہوگا۔ پہلے اور دوسرے، تیسرے اور چوتھے ایک چوتھائی حصوں کے درمیان تین تین منٹ کا وقفہ اور کھیل کا نصف وقت گزرنے پر پانچ منٹ کا وقفہ دیا جاتا ہے۔ کھیل کے پہلے، دوسرے اور تیسرے چوتھائی حصوں کا

وقت ختم ہونے پر دونوں ٹیموں کو اطراف (Sides) بدلنا ہوں گی، جو وقت کسی حادثہ یا کسی اور وجہ سے ضائع ہوا ہو وہی ایک چوتھائی حصے میں شامل کیا جائے جس میں وہ ضائع ہوا تھا، اگر کھیل کے کسی ایک چوتھائی حصے کے اختتام سے پیشتر "پینلٹی پاس، پینلٹی پاس یا شاٹ" دیا گیا ہو تو اسے مکمل کرنے کے لیے مزید وقت دیا جائے گا۔

آفیشلز (Officials):

امپائرز (Umpires)، سکوررز (Scorers)	میچ آفیشلز (Match Officials)
اور ٹائم کیپرز (Time Keepers)	
منیجر (Manager)، کوچ (Coach)، کپٹن (Captain)	ٹیم آفیشلز (Team Officials)
اور ابتدائی طبی امداد مہیا کرنے والا عملہ (Primary Care Personnel)	
یہ ٹیم آفیشلز اور ان پانچ کھلاڑیوں پر مشتمل ہوتا ہے جو کورٹ میں کھیل نہیں رہے۔	ٹیم بینچ (Team Bench)
	امپائرز (Umpires):

دونوں ہی "امپائرز" ٹیم کو کنٹرول کریں گے۔ ان کا فیصلہ حتمی ہوگا جس کے خلاف کوئی اپیل نہیں ہوگی۔ ان کا مخصوص یونیفارم ہوتا ہے، جو کھلاڑیوں سے منفرد ہوگا اور عمومی طور پر اس کا رنگ سفید یا مٹی (Cream Colour) ہوتا ہے۔

فرائض (Responsibilities):

- i- کھیل کے آغاز سے پیشتر امپائرز کے فرائض میں کورٹ اور تمام متعلقہ سامان کی جانچ پڑتال کرنا اور اس کے معیاری ہونے کی تصدیق کرنے کے بعد اس کے استعمال کی منظوری دینا اور کسی بھی کھلاڑی کو ایسی کوئی چیز پہننے کی اجازت نہ دینا جو دوسرے کے لیے خطرناک ہو یا جس سے زخمی ہونے کا احتمال ہو۔ (اس میں زیورات بھی شامل ہیں)۔
- ii- جب تمام کھلاڑی کورٹ میں اپنی مخصوص جگہوں پر کھڑے ہو جائیں تو دونوں امپائرز آپس میں سکہ اُچھال کر "گول اینڈ" (Goal End) کے چنار کا فیصلہ کریں گے اور جو امپائر ناس جیت جائے گا وہ کورٹ کے اس حصے میں فرائض انجام دے گا جسے شمالی نصف حصہ (Northern Half) کے نام سے منسوب کیا جاتا ہے ہر "امپائر" "کورٹ" کے اپنے مختص کردہ حصے میں فیصلہ دینے کا مجاز ہوگا اس مقصد کے لیے کورٹ کو لمبائی کی لکیروں کے درمیان میں ایک فرضی لکیر کے ذریعے آدھا آدھا تقسیم کر لیا جاتا ہے اور میچ کے اختتام تک وہ اپنے اسی مختص شدہ حصے میں کھیل کی نگرانی کے فرائض انجام دے گا۔ اپنی نزدیکی "سائیڈ لائن" اور "گول لائن" پر ہونے والے "تھرو ان" کے باضابطہ یا بے ضابطہ ہونے کا تعین کرنے کے ساتھ ساتھ اس گول کا بھی فیصلہ دے گا جو اس کے مختص حصے میں ہوا ہو۔ عام طور پر وہ اپنے فرائض کورٹ سے باہر رہ کر انجام دیتے ہیں ماسوائے "جاس اپ" یا صحیح فیصلہ دینے کے لیے کورٹ میں داخل ہونا ضروری ہو۔
- iii- وہ کسی بھی بے ضابطگی کی صورت میں "فری پاس"، "پینلٹی شاٹ"، "پینلٹی پاس یا پینلٹی شاٹ"، "تھرو ان" اور "ناس اپ" دیں گے۔ وہ ایسے تمام امور پر فیصلہ دینے کے با اختیار ہیں جو مردہ ضوابط کے زمرہ میں نہیں آتے، جب

کوئی کھلاڑی کسی بے ضابطگی کا مرتکب پایا جائے تو امپائر کے لیے لازمی ہے کہ وہ اس بے ضابطگی کی نشاندہی اور اس سلسلہ میں دی جانے والی سزا کو بھی دستی اشارے سے واضح کریں۔

- iv- وہ کسی کھلاڑی کو ہدایات دینے یا "کوچنگ" (Coaching) کرنے یا کسی کے کھیل پر تنقید کرنے کے مجاز نہیں۔
- v- بے ضابطگی کی صورت میں امپائر کو اس وقت تک سیٹی بجانے میں تاخیر کرنی چاہے جب تک کہ اسے پختہ یقین نہ ہو جائے کہ اب یہ بے ضابطگی کرنے والی ٹیم کے مخالف کے مفاد میں نہیں رہا۔
- vi- وضاحت طلب امور پر باہمی صلاح مشورہ کرنے کے لیے ہمیشہ تیار رہنا چاہیے۔
- مندرجہ ذیل صورتوں میں امپائر سیٹی بھاتا ہے:

- (i) کھیل شروع کرنے اور اسے روکنے کے لیے۔
- (ii) کھیل کے ہر ایک چوتھائی دورانیہ کے اختتام پر۔
- (iii) کسی بھی بے ضابطگی کے مرتکب ہونے پر۔
- (iv) جب گول سکور ہو جائے۔
- (v) ٹائم کیپر کو گھڑی روکنے کا اشارہ کرنے کے لیے۔

سکوررز (Scorers)

ہر ٹیم کے لیے دو سکوررز مقرر کیے جائیں گے جو کھیل میں سکور ہونے والے تمام گولز کا جلد لگانے کا طریقہ پر حساب رکھیں گے۔ اس کے علاوہ وہ ہر ٹیم کے لیے ایک "کالر" (Caller) اعلان کنندہ بھی مقرر کیا جائے گا جو کھیل کے دوران سکور ہونے والے اور خطا ہونے والے "گولز" (Goals) کا با آواز بلند اعلان کرے گا۔ کھیل شروع ہونے سے پیشتر وہ تمام کھلاڑیوں کے نام "سکور شیٹ" پر درج کرے گا۔ اس کے علاوہ متبادل کھلاڑیوں کا بھی حساب رکھیں گے۔

ٹائم کیپرز (Time Keepers):

ہر "ٹیم" کے لیے دو "ٹائم کیپرز" مقرر کیے جائیں گے۔ کھیل کا ہر حصے کے آغاز کا وقت درج کرے گا اور کھیل کے ہر دورانیہ کے وقت کا حساب رکھے گا اور ان کے اختتام کو سیٹی بجا کر واضح کرے گا، اگر کسی وجہ سے امپائر کھیل کو وقتی طور پر روکنا چاہے تو وہ سیٹی بجا کر "ٹائم کیپر" کو وقتی طور پر گھڑی روکنے کے لیے اشارہ کرے گا اور وہ اس امر کو یقینی بنائے گا کہ کھیل کو وقتی طور پر روکنے اور کسی وجہ سے منقطع شدہ وقت کو اسی چوتھائی دورانیہ میں ہی شامل کیا جائے۔

ٹیم آفیشلز (Team Officials):

"ٹیم آفیشلز" اپنے کھلاڑیوں کے رویے کے ذمہ دار ہوں گے۔ غیر اخلاقی زبان اور رویہ کسی صورت میں بھی قابل قبول نہیں۔ وہ کھلاڑی تبدیل کرنے یا کھلاڑیوں کی پوزیشنوں میں ردوبدل کرنے کے لیے "سکوررز" اور مخالف "ٹیم آفیشلز" کو باقاعدہ پیشگی آگاہ کریں گے۔ کھلاڑیوں کی تبدیلی صرف وقتی طور پر کے ہوئے کھیل کے دوران یا کھیل کے ایک چوتھائی دورانیوں کے درمیان وقفوں کے دوران میں ہی ممکن ہے۔ "ٹیم آفیشلز" اور بیچ پر بیٹھے ہوئے کھلاڑیوں کو "کورٹ" سے باہر "سائڈ لائن" اور "بیک لائن" کے ساتھ ساتھ چلنے کی اجازت نہیں ہے۔ وہ جائز شکایت "جیوری آف ایبل" سے کر سکتے ہیں جس کا فیصلہ فوری طور پر کیا جائے گا۔

ٹیم کیپٹین (Team Captain):

کھیل سے پیشتر ”گول پوسٹ“ پھینے یا پہلے ”سنٹر پاس“ کے لیے سکہ اچھا کر ”ٹاس“ کرنے اور ”امپائر“ کو اپنے انتخاب سے آگاہ کرنا ہوتا ہے۔ کھیل کے دوران اگر وہ اپنے کسی کھلاڑی کو تبدیل کرنا یا ان کی پوزیشنز میں کوئی تبدیلی کرنا چاہتا ہے تو معمول کے وقتوں کے دوران یا چوٹ لگنے کی صورت میں رکے ہوئے۔ کھیل کے دوران اسے ”امپائر“ اور مخالف ”کیپٹین“ کو اس بات سے آگاہ کرنا ہوگا۔

وقتی طور پر رکے ہوئے کھیل یا ایک چوتھائی دورانیہ کے درمیانی وقتوں میں یا کھیل کے اختتام پر وہ ”امپائر“ سے کسی بھی ضابطے کی وضاحت حاصل کر سکتا ہے، اگر کوئی ٹیم مخالف ”ٹیم آفیشلز“ کو باہمی اطلاع کیے بغیر اپنا کوئی کھلاڑی تبدیل کر لے یا ان کے کھیلنے کی مخصوص جگہوں میں تبدیلی کر لے تو وہ ”امپائر“ سے اس کے خلاف ”اپیل“ کرنے کا حق رکھتا ہے۔ ”امپائر“ کی یہ ذمہ داری ہے کہ وہ ”ٹیم کیپٹین“ کو اس کی ٹیم کے کسی کھلاڑی کو متنبہ کرنے، عارضی یا مستقل طور پر ”گیمر“ سے خارج کرنے کے متعلق آگاہ کرے۔

ٹیم (Team):

کسی بھی ٹیم میں صرف ایک ہی صنف (Gender/Sex) کے کھلاڑی شامل ہوں گے۔

- (1) ”گول شوٹر“ (Goal Shooter - GS)
- (2) ”گول ایک“ (Goal Attack - GA)
- (3) ”وینگ ایک“ (Wing Attack - WA)
- (4) ”سنٹر“ (Centre - C)
- (5) ”وینگ ڈیفنس“ (Wing Defense - WD)
- (6) ”گول ڈیفنس“ (Goal Defense - GD)
- (7) ”گول کیپر“ (Goal Keeper - GK)

ہر کھلاڑی کی قمیض پر سامنے اور پشت پر چلی حروف میں کھیل میں اس کی ”پوزیشن“ کے ابتدائی حروف (Initials) کی نسبت سے لکھے ہوئے ہونے چاہے جن کی لمبائی 10 - 15 سینٹی میٹر ہوگی۔

کوئی ٹیم اس وقت تک کھیل شروع نہیں کر سکتی جب تک کہ اس کے کم از کم 5 کھلاڑی کورٹ میں حاضر نہ ہوں اور ان میں سے ایک کو ”سنٹر“ کی پوزیشن پر کھیلنا لازمی ہے۔ کھیل شروع ہونے سے پیشتر ہر ٹیم زیادہ سے زیادہ 12 کھلاڑیوں کے نام دے سکتی ہے۔ ”ٹیم آفیشلز“ جب اور جتنے کھلاڑی انہیں 12 کھلاڑیوں میں سے تبدیل کر سکتی ہے، (کھلاڑیوں کے تبدیل ہونے کی تعداد یا ایک ہی کھلاڑی کے بار بار تبدیل ہونے پر کوئی پابندی نہیں)۔

دیر رتا خیر سے آنے والے کھلاڑی (Late Arrivals):

کھیل شروع ہونے کے بعد آنے والے کھلاڑیوں کو حق نہیں کہ وہ اپنی پسند سے کسی مخصوص جگہ پر کھیل سکیں بلکہ وہ کھلاڑیوں کی تبدیلی یا ان کی پوزیشنوں میں ردوبدل کے ضابطوں کے تحت ہی ”کورٹ“ میں داخل ہو سکتے ہیں اور صرف انہی جگہوں پر کھیل سکتے

ہیں جو اس وقت خالی ہیں۔ کھیل میں شامل ہونے کے لیے ان کو "امپائر" سے اجازت لیجی ہوگی۔ وہ کورٹ میں صرف درج ذیل اوقات پر داخل ہو سکتے ہیں۔

i- جب "گول" "سکور" ہو جائے۔ یا

ii- کھیل کے مختلف دورانیوں کے درمیانی وقفوں کے اختتام پر۔ یا

iii- جب کسی کھلاڑی کے زخمی ہونے کی صورت میں کھیل کو وقتی روکا گیا ہو۔

اس ضابطہ کی خلاف ورزی پر بے ضابطگی کرنے والی ٹیم کے مخالف "ٹیم" کو اسی جگہ سے "فری پاس" دیا جائے گا جہاں اس وقت گیند تھا اور مذکورہ کھلاڑی کو اس وقت تک کے لیے "کورٹ" سے باہر بھیج دیا جائے گا جب تک کہ کوئی "گول" "سکور" نہ ہو جائے یا کھیل کے اس دورانیہ کا وقت ختم نہ ہو جائے۔

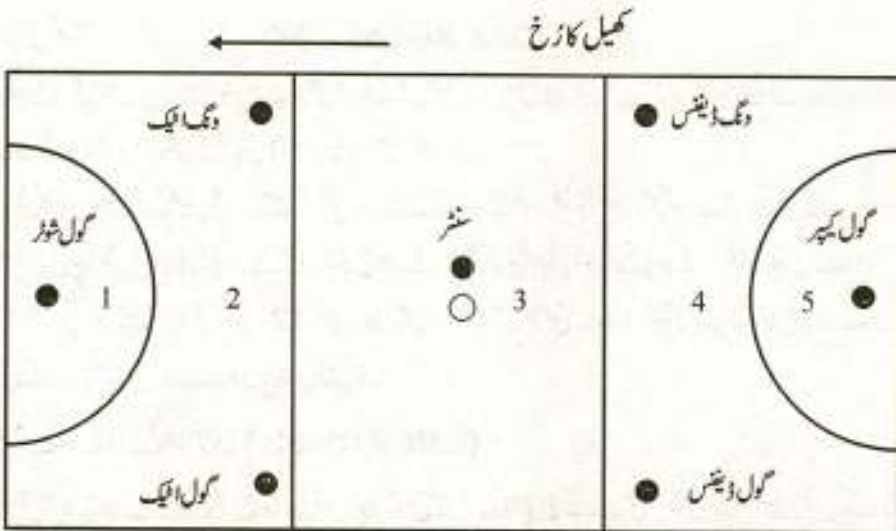
کھلاڑیوں کی تبدیلی یا ان کی پوزیشنوں میں ردوبدل (Substitution and Team Changes):

کھلاڑی کی تبدیلی اس وقت تک مکمل تصور نہ ہوگی جب تک کہ اس کی ٹیم کا مذکورہ کھلاڑی "کورٹ" سے باہر چلا نہ جائے اور اس کی جگہ دوسرا نہ لے لے۔ ٹیم کی پوزیشنوں میں ردوبدل سے مراد یہ ہے کہ جب کوئی ٹیم "کورٹ" میں اپنے کھلاڑیوں کی پوزیشنوں میں تبدیلی کرے۔

کھلاڑی کی تبدیلی یا ان کی پوزیشنوں میں ردوبدل درج ذیل موقعوں پر کی جاسکتی ہے:

i- کھیل کے ایک چوتھائی دورانیہ کے اختتام پر۔

ii- کسی کھلاڑی کے زخمی ہونے یا کسی حادثہ کی بنا پر کھیل کو وقتی طور پر روکا گیا ہو۔



جب بھی کوئی ”ٹیم“ کھلاڑی تبدیل کرنے یا ”ٹیم“ کی کھیلنے کی پوزیشنوں میں ردوبدل کی فرمائش کرے تو مخالف ٹیم کو بھی حق حاصل ہے کہ وہ بھی اس دوران ایسا کر لے، کھلاڑیوں کو تبدیل کرنے یا ایک ہی کھلاڑی کو بار بار تبدیل کرنے پر کوئی پابندی نہیں لیکن اگر کسی ”ٹیم“ کے تبدیل شدہ کھلاڑیوں کی کل تعداد 12 سے تجاوز کر جائے تو بے ضابطگی پر مخالف ٹیم کو اسی جگہ سے ”فری پاس“ دیا جائے گا۔ جہاں اس وقت گیند تھا اور مذکورہ کھلاڑی (تیرواں کھلاڑی) کو ”کورٹ“ سے بے دخل کر دیا جائے گا اور ”ٹیم“ کا بقایا دورانیہ میں اس کی جگہ خالی رہے گی۔ ماسوائے ”سنٹرز“ کے، اس صورت میں کورٹ میں کھیلنے والا کوئی بھی کھلاڑی اس کی جگہ کو پُر کر سکتا ہے یعنی وہ ”ٹیم“ ایک کھلاڑی کم سے کھیلے گی۔

کھیل کا دورانیہ (Duration of the Game):

- 1- چوٹ لگنے یا کسی کھلاڑی کے بیمار ہو جانے کی صورت میں کورٹ میں حاضر کوئی بھی کھلاڑی امپائر سے کھیل کو عارضی طور پر روکنے کے لیے درخواست کر سکتا ہے لیکن یہ ”امپائر“ کی صواب دید پر منحصر ہے کہ وہ اس کی درخواست قبول کرے یا رد کرے۔
- 2- اگر ”امپائر“ کھلاڑی کی درخواست کو جائز سمجھتا ہے تو وہ ”ٹائم کیپر“ کو گھڑی روکنے کا اشارہ کرے گا۔ اس ضمن میں کھیل کو زیادہ سے زیادہ 2 منٹ کے لیے روکا جاسکتا ہے اس دوران ”ٹیم آفیشلز“ کو یہ فیصلہ کرنا ہوگا کہ مذکورہ کھلاڑی کھیل جاری رکھ سکے گا یا نہیں۔
- 3- جب اس طرح سے کھیل روکا جاتا ہے تو دونوں ٹیموں کو حق حاصل ہوتا ہے کہ وہ اپنی ”ٹیم“ کا کوئی بھی کھلاڑی تبدیل کر لیں یا ان کے کھیلنے کی پوزیشنوں میں ردوبدل کر لیں۔ زخمی یا بیمار کھلاڑی کے لیے ضروری ہے کہ اسے تبدیل کر دیا جائے یا اس کے لیے کھیلنے کی ”پوزیشن“ میں ردوبدل کی جائے۔
- 4- کھیل کے اجرا کے لیے ”امپائر“ ”ٹائم کیپر“ کو گھڑی چلانے کا اشارہ کرے گا اور کھیل دوبارہ اسی جگہ پر سے شروع ہوگا جہاں اس وقت گیند تھی۔ ماسوائے
 - i- اگر گیند کورٹ سے باہر ہو تو کھیل کا اجرا ”تھرو ان“ سے کیا جائے گا۔
 - ii- جب ”امپائر“ فیصلہ نہ کر پائے کہ گیند کس کھلاڑی کے قبضہ میں ہے یا اس وقت گیند زمین پر ہو تو اس صورت میں کھیل کا اجرا ”ٹاس اپ“ کے ذریعے اسی جگہ پر سے ہوگا جہاں اس وقت گیند تھا۔ ”ٹاس اپ“ ان دو مخالف کھلاڑیوں کے درمیان کیا جائے گا جنہیں اس علاقہ میں جانے کی اجازت ہے۔
 - iii- اگر کھیل میں رکاوٹ ڈالنے یا کراؤ کی صورت میں کھیل روکا گیا ہو تو متاثرہ ٹیم کو جائے وقوع پر ”پینلٹی پاس“، ”پینلٹی پاس یا شات“ اس جگہ پر سے دی جائے گی جہاں بے ضابطگی کرنے والا کھلاڑی اس وقت کھڑا تھا۔
- 5- اگر مجروح یا بیمار کھلاڑی کو تبدیل نہیں کیا جاتا بلکہ وقتی طور پر اسے کورٹ سے باہر لے جایا جاتا ہے تو وہ ”امپائر“ کی اجازت سے دوبارہ کھیل میں شامل ہو سکتا ہے لیکن اسے اس جگہ پر ہی کھیلنا ہوگا جو اس وقت خالی ہے اور یہ اسی صورت ممکن ہے جب ”گول“ ”سکور“ ہو جائے یا کھیل کو حادثاتی طور پر روکا گیا ہو یا کھیل کے دورانوں کے درمیانی وقفوں کے دوران میں اس شق کی خلاف ورزی پر مخالف ٹیم کو اسی جگہ پر سے ”فری پاس“ دیا جائے گا جہاں اس وقت گیند تھا اور بے ضابطگی کرنے والے کھلاڑی کو ”کورٹ“ سے اس وقت تک کے لیے باہر بھیج دیا جاتا ہے جب تک کہ مندرجہ بالا شق کے تحت کھیل دوبارہ رک نہ جائے۔

6- اگر مجروح کھلاڑی کا خون بہہ رہا ہو تو جتنی جلدی ممکن ہو اسے کورٹ سے باہر لے جا کر ابتدائی طبی امداد مہیا کی جائے اور کھیل کو معمول کے وقفے کے اختتام پر شروع کر دیا جائے۔ زخمی کھلاڑی اس وقت تک کھیل میں شامل نہیں ہو سکتا جب تک کہ اس کی مرہم پٹی نہ ہو جائے۔

کھلاڑیوں کے لیے علاقہ کا تعین:

2,1	:	(i)	”گول شوٹز“
3,2,1	:	(ii)	”گول ایکٹ“
3,2	:	(iii)	”ونگ ایکٹ“
4,3,2	:	(iv)	”سنٹر“
4,3	:	(v)	”ونگ ڈیفنس“
5,4,3	:	(vi)	”گول ڈیفنس“
5,4	:	(vii)	”گول کیپر“

ایسی ٹیکریں جو کسی علاقے کو محیط کیے ہوں اسی علاقے کا حصہ شمار ہوں گی۔

آف سائیڈ (Off Side):

اگر کوئی کھلاڑی گیند یا اس کے بغیر اپنے مختص کردہ علاقوں کی بجائے کسی دوسرے علاقے میں چلا جائے تو وہ ”آف سائیڈ“ گردانا جائے گا۔ اس بے ضابطگی پر مخالف ٹیم کو اسی جگہ پر سے ”فری پاس“ دیا جائے گا تاہم کھلاڑی ہاتھ بڑھا کر دوسرے علاقے کے اندر سے لیکن زمین چھوئے بغیر گیند پکڑ سکتا ہے۔

اگر وہ مخالف کھلاڑی بیک وقت ”آف سائیڈ“ ہو جائیں لیکن ان میں سے کوئی کھلاڑی بھی گیند کو چھو نہیں پاتا تو انہیں سزا نہیں دی جائے گی اور کھیل معمول کے مطابق جاری رہے گا۔

لیکن اگر ان میں کوئی ایک کھلاڑی گیند کو پکڑ پکڑ پکڑ لے تو دونوں کھلاڑیوں کے درمیان ان کے مخصوص علاقے میں ”ٹاس اپ“ کیا جائے گا۔

لیکن اگر وہ کھلاڑی آس پاس کے علاقوں میں سے ہوں تو اس صورت میں ان دو کھلاڑیوں کے درمیان ”سنٹر تھرڈ“ میں ”ٹاس اپ“ کیا جائے گا جنہیں اس علاقہ میں جانے کی اجازت ہے۔

دیر سے آنے والے کھلاڑیوں کا امپائر بغور معائنہ کرنے کے بعد ان کو ”کورٹ“ داخل ہونے کی اجازت دے گا، مثلاً انگلیوں کے ناخنوں کی لمبائی، زیورات اور ”یونیفارم“ وغیرہ وغیرہ۔

گیند کا کورٹ سے باہر تصور ہونا (Ball out of Court)

گیند کورٹ میں اس وقت نہیں رہتی جب یہ کورٹ کی حدود سے باہر زمین، کسی آدمی یا چیز کو چھو لے یا اسے کوئی ایسا کھلاڑی پکڑ لے جو کورٹ کی حدود سے باہر زمین، کسی آدمی یا چیز سے چھو رہا ہو۔ اس بے ضابطگی پر مخالف ٹیم کو اسی جگہ پر سے ”تھر و ان“ دی جائے۔

لیکن اگر وہ گول پوسٹ کے کسی حصے کو لگ کر واپس آ جائے تو یہ کورٹ کی حدود میں ہی تصور ہوتی ہے۔

اسی طرح جب کسی کھلاڑی کے پاس گیند ہو اور وہ کورٹ کی حدود سے باہر زمین، کسی آدمی یا چیز کو چھو لے تو وہ کورٹ کی حدود میں تصور نہیں ہوتا۔ اس بے ضابطگی پر مخالف ٹیم کو اسی جگہ پر سے ”تھرؤ ان“ دی جائے۔

لیکن اگر دو مخالف کھلاڑی گیند کو بیک وقت پکڑتے ہوئے دونوں ہی یا ان میں کوئی ایک ”کورٹ“ کی حدود سے باہر چلا جائے تو ”کورٹ“ میں اس جگہ کے نزدیک ان دونوں کھلاڑیوں کے درمیان ”ناس اپ“ کیا جائے گا۔ جہاں سے انہوں نے ”کورٹ“ کی حدود کو پار کیا تھا۔

کھیل شروع کرنے کے لیے کھلاڑیوں کی پوزیشنز (Positioning of Players for Start of Play)

کھیل شروع ہونے سے پہلے دونوں ٹیموں کے کھلاڑی ایک ساتھ مندرجہ ذیل جگہوں پر کھڑے ہوں گے۔

- (i) ”گول شوٹز“ اور ”گول کیپر“ مخصوص کردہ ”گول سرکل“ میں کھڑے ہوں گے۔
- (ii) ”گول ایک“ اور ”گول ڈیفنس“ مختلف ”گول تھرڈ“ میں اطرافی لیکروں کے نزدیک اور وتری انداز میں سنٹرز کی جانب منہ کر کے کھڑے ہوں گے۔
- (iii) اسی طرح ”ونگ ایک“ اور ”ونگ ڈیفنس“ ایسا ہی انداز اپناتے ہوئے ان کی مخالف سمت میں اپنے اپنے مخصوص ”تھرڈ“ میں کھڑے ہوں گے۔
- (iv) ”سنٹرز“ میں صرف دونوں ”سنٹرز“ ہی کھڑے ہوں گے۔

”امپائر“ اس بات کی تسلی کر لینے کے بعد کہ تمام کھلاڑی اپنی اپنی مختص کردہ جگہوں پر موجود ہیں۔ کھیل شروع کرنے کے لیے گیند متعلقہ ”سنٹر“ کو دے گا۔ اس کے جسم کا کوئی حصہ مرکزی دائرہ سے باہر زمین سے چھو نہیں چاہیے۔ (دائرہ کی کلیئر بھی دائرہ کا حصہ ہے) اس کے دونوں پاؤں دائرہ میں ہونے لازمی ہیں۔ جبکہ مخالف ”سنٹر“ میں کسی بھی جگہ پر کھڑا ہو سکتا ہے۔

کھیل کے آغاز کے لیے امپائر کی سیٹی بجانے سے پیشتر ”سنٹرز“ کے علاوہ کسی بھی ٹیم کا کوئی دوسرا کھلاڑی ”سنٹرز“ میں داخل نہیں ہو سکتا۔ اس ضابطہ کی خلاف ورزی پر مخالف ٹیم کو اسی جگہ سے ”فری پاس“ دیا جائے گا۔ جہاں یہ بے ضابطگی سرزد ہوئی ہو۔

لیکن اگر دو مخالف ہمدستی اس بے ضابطگی کے مرتکب پائے جائیں اور وہ دونوں ہی گیند کو چھو نہ پائیں تو ان کے خلاف کوئی تادیبی کارروائی نہیں کی جائے گی اور کھیل معمول کے مطابق جاری رہے گا۔

لیکن اگر ان میں سے صرف ایک گیند کو پکڑ یا چھو لیتی ہے تو ان دونوں کھلاڑیوں کے درمیان ”ناس اپ“ اسی جگہ پر کیا جائے گا۔ جہاں یہ بے ضابطگی ہوئی ہو۔

کھیل کا اجرا (Starting of Game)

”امپائر“ کھیل شروع کرنے کے لیے سیٹی بھائے گا۔ کھیل کا شروع ہر گول یا ہر چوتھائی دورانیہ کے بعد اجرا ”سنٹر پاس“

ہوتا ہے۔ جسے دونوں ٹیموں کے "سنٹرز" کھیل کے اختتام تک باری باری کرتے جاتے ہیں۔

جب کھیل کا اجرا سنٹر پاس سے ہونا ہو اور کھلاڑی درمیانی دائرے میں پاس کرنے کے لیے تیار کھڑا ہو، لیکن گیند پھینکنے سے پیشتر ہی کھیل کے ایک چوتھائی ذرا نیچے کا وقت ختم ہو جائے تو وقفہ کے بعد وہی "ٹیم" کھیل کا دوبارہ اجرا "سنٹر پاس" کے ذریعے کرے گی۔

"اسپائر" کے سیٹی بجانے پر دوسرے تمام کھلاڑی آزادانہ طور پر اپنے اپنے مخصوص شدہ علاقوں میں جا سکتے ہیں۔ "سنٹر پاس" کرنے والے "سنٹر" پر لازم ہے کہ وہ 3 سیکنڈ کے اندر اندر گیند کسی دوسرے کھلاڑی کی طرف پھینک دے۔

"سنٹر پاس" صرف "سنٹر تھرڈ" میں داخل ہونے کے مجاز کھلاڑی ہی پکڑ سکتے ہیں۔ اگر کھلاڑی کا اگلا پاؤں "سنٹر تھرڈ" میں مکمل طور پر آ جائے تو یہ تصور کیا جائے کہ اس نے گیند "سنٹر تھرڈ" ہی میں وصول کیا ہے اور اسی حالت میں پھینکی ہوئی گیند بھی "سنٹر تھرڈ" میں سے پھینکی ہوئی تصور ہوگی۔

"سنٹر پاس" کرنے والی ٹیم کا کوئی کھلاڑی "گول تھرڈ" میں گیند کو اس وقت تک کھیل نہیں سکتا جب تک کہ "سنٹر تھرڈ" میں اسے کسی اور کھلاڑی نے ہاتھ نہ لگا یا ہو۔ اس بے ضابطگی پر مخالف ٹیم کو اسی جگہ سے "فری پاس" دیا جائے گا جہاں سے گیند "گول تھرڈ" میں داخل ہوا ہو۔

اگر گیند "سنٹر تھرڈ" میں سے کسی کھلاڑی کو چھوئے بغیر کورٹ کی "سائیڈ لائن" سے باہر چلی جائے تو مخالف ٹیم کو اس جگہ سے "تھر وان" دیا جائے گا جہاں سے گیند نے لکیر کو عبور کیا ہو۔

اگر گیند کسی کھلاڑی کو چھوئے بغیر "گول تھرڈ" میں چلی جائے تو مخالف ٹیم کو "فری پاس" "سنٹر تھرڈ" میں اس جگہ سے دیا جائے گا جہاں سے گیند "گول تھرڈ" میں داخل ہوئی تھی۔

اگر گیند "گول تھرڈ" میں چلی جائے اور مخالف ٹیم کا کوئی کھلاڑی اسے پکڑ لے تو کھیل معمول کے مطابق جاری رہے گا اور اس کھلاڑی "پاس کردہ گیند" "گول تھرڈ" میں سے کھیلا ہوا تصور کیا جائے

گیند کو کھیلنا (Playing the Ball):

کھلاڑی گیند ایک یا دونوں ہاتھوں میں پکڑ کر کھیل سکتا ہے۔ "گول پوسٹ" سے لگ کر اچکنے والے گیند کو پکڑ سکتا ہے۔ اس پر مکمل قبضہ حاصل کرنے سے پہلے اسے کسی دوسرے کھلاڑی کی طرف پھینک دے کر یا ہاتھ سے مار کر بھیج سکتا ہے اور لڑھکتے ہوئے گیند کو پھینک دے کر یا پکڑ کر کھیل سکتا ہے۔ لیکن ہاتھ میں پکڑے ہوئے گیند کو 3 سیکنڈ سے زیادہ رکھ نہیں سکتا۔

کھلاڑی کو مندرجہ ذیل کرنے کی اجازت نہیں:

گیند کو ٹھنی بند کر کے مارنا، گیند پر قبضہ حاصل کرنے کے لیے جان بوجھ کر اس پر گر جانا یا لیٹ جانا، گیند کو ہوا میں اچھال کر یا زمین پر پھینک کر کسی دوسرے کے پکڑنے سے پہلے خود ہی پکڑ لینا، زمین پر لیٹے لیٹے یا گھٹنوں کے بل بیٹھے ہوئے گیند کو حاصل کرنے کی کوشش کرنا، جان بوجھ کر گیند کو "کنک" (Kick) کرنا (لیکن اگر حادثاتی طور پر گیند کھلاڑی کی ٹانگ کو لگ جائے تو یہ بے ضابطگی کے زمرہ میں نہیں آتا)، گیند پکڑ کر زمین پر پاؤں گھسیٹنا یا پھسلانا، کسی پاؤں پر سے حسرت لگانا، ہاتھ سے گیند نکلنے سے پیشتر ایک پاؤں سے کو در دونوں پاؤں پر گرنا، "گول" کرنے کی ایسی ناکام کوشش کے بعد جس میں گیند "گول پوسٹ" کو نہ لگ پائے اسے خود ہی پکڑ لینا،

زمین پر ایسٹ کر گیند پھینکنا، اپنے آپ کو "آف سائیز" ہونے سے بچانے کی خاطر یا توازن برقرار رکھنے کے لیے گیند پر ٹھک جانا، گیند کو پکڑ کر دوڑنا، گیند کو کسی عمل ایک تہائی کے اوپر سے پھینکنا، باہر جاتی ہوئی گیند کو حاصل کرنے کی کوشش میں ساتھی کھلاڑی یا "گول پوسٹ" کا سہارا لے لینا وغیرہ وغیرہ۔

مندرجہ بالا ضوابط کی خلاف ورزی پر مخالف ٹیم کو اسی جگہ سے "فری پاس" دیا جائے گا جہاں پر یہ بے ضابطگی سرزد ہوگی۔

گیند کو کھیلنے وقت پاؤں کی حالت (Footwork):

کھلاڑی گیند کو پکڑ کر چل، دوڑ یا کود نہیں سکتا۔ گیند پکڑتے وقت اگر اس کے دونوں پاؤں زمین پر ہوں یا اُچھل کر پکڑنے کی صورت میں یہ زمین پر ایک ساتھ لگیں تو وہ ان میں سے ایک پاؤں کو زمین پر ٹکا کر دوسرے پاؤں سے کسی سمت میں جتنے قدم چاہے لے سکتا ہے لیکن اگر اس کے پاؤں یکے بعد دیگرے لگیں تو زمین پر لگنے والا پاؤں "پوٹ فٹ" (Pivot Foot) تصور ہوتا ہے اور وہ بعد میں زمین پر لگنے والے پاؤں ہی سے قدم لینے کا مجاز ہے۔ کھلاڑی نکلے ہوئے پاؤں پر چاروں طرف بھی گھوم سکتا ہے۔ دونوں ہی صورتوں میں کھلاڑی زمین پر جما ہوا پاؤں بھی اٹھا سکتا ہے بشرطیکہ اس کے دوبارہ زمین پر لگنے سے پیشتر گیند اس کے ہاتھ سے نکل جائے۔ اس بے ضابطگی کی صورت میں مخالف ٹیم کو اسی جگہ پر سے "فری پاس" دیا جائے گا۔

گول سکور کرنا (Scoring a Goal):

1- اگر "گول شوٹز" یا "گول ایک" نے "گول سرکل" میں سے گیند پھینکا ہو یا ہاتھ سے مارا ہو اور گیند "رنگ" کے اوپر سے نکلے طور پر اندر چلا جائے تو گول شمار ہوگا۔

(i) اگر گول کسی دوسرے کھلاڑی نے کر دیا ہو تو یہ گول شمار نہیں ہوگا اور کھیل جاری رہے گا۔

(ii) دفاعی کھلاڑی اگر گول میں جاتے ہوئے گیند کو چھو لے لیکن اس کے باوجود بھی گیند "رنگ" میں چلا جائے تو گول تصور ہوگا۔

(iii) اگر اسپائر کھیل کے ایک چوتھائی دورانیہ، نصف یا پورے کھیل کے اختتام پر سیٹی بجا دے اور اس کے بعد گیند "رنگ" میں سے گزر جائے تو گول شمار نہیں ہوگا۔

(iv) گول کرتے وقت مداخلت (Obstruction) نہیں کی جاسکتی۔

2- "پینلٹی پاس یا شاٹ" میں مداخلت کرنے کی اجازت نہیں ہوگی۔ "پینلٹی شاٹ" دیے جانے کے بعد اگر کھیل کے ایک چوتھائی دورانیہ، نصف یا پورے کھیل کا وقت ختم ہو جائے تو بھی "پینلٹی شاٹ" لگانے کے لیے مزید وقت دیا جائے گا۔ اس کے لگائے جانے کے دوران اگر کوئی دفاعی کھلاڑی "گول پوسٹ" کو ہلا دے تو "پینلٹی شاٹ" دوبارہ لگوا یا جائے گا۔

ذاتی قاتل (Personal Fouls):

گیند یا اس کے بغیر کوئی کھلاڑی دانستہ طور پر بغرض مداخلت کھلاڑی کو اس طرح سے دھکا دے یا ٹانگ اڑائے جس کی بنا پر وہ ناموافق حالات سے دوچار ہو جائے یا اس کے ہاتھ سے گیند چھیننے کی کوشش کرے یا کھلاڑی کے تمام ایسے افعال یا حرکات جو مخالف کو ڈرانے دھکانے کی خاطر کی جاتی ہیں۔ اسی زمرے میں آتی ہیں۔

رکاوٹ/مداخلت (Obstruction):

جب دفاعی کھلاڑی گیند پر قابض کھلاڑی سے 90 سینٹی میٹر سے کم فاصلے پر چلا جائے تو اسے رکاوٹ/مداخلت کا مرتکب گردانا جاتا ہے۔ گیند کو اڑان کے دوران پکڑنے کی کوشش بھی اتنے ہی فاصلے سے کرنا ضروری ہوتی ہے۔ یہ فاصلہ ان دونوں کھلاڑیوں کے نزدیک ترین پاؤں کے درمیانی فاصلے سے متعین کیا جاتا ہے۔

بے ضابطگی کی صورت میں پینلٹی:

(i) اگر "فائل" "شوٹنگ سرکل" سے باہر سرزد ہو مخالف ٹیم کو اسی جگہ سے "پینلٹی پاس" دیا جائے گا۔

(ii) لیکن اگر یہ "شوٹنگ سرکل" کے اندر ہو تو "گول شوٹ" یا "گول ایک" کی مرضی ہے کہ وہ "پینلٹی پاس" لے یا "پینلٹی شاٹ"۔

(الف) پینلٹی وہاں پر سے دی جائے گی جس جگہ پر بے ضابطگی ہوئی تھی۔

(ب) بے ضابطگی کرنے والا کھلاڑی "پینلٹی پاس" کرنے والے کھلاڑی کے نزدیک ہی کھڑا رہے گا اور وہ کھیل میں اس وقت تک حصہ نہیں لے سکتا جب تک کہ گیند اس کھلاڑی کے ہاتھ سے نکل نہ جائے۔

نوٹ: "پینلٹی پاس" کے دوران مداخلت کی اجازت نہیں ہوتی جو کھلاڑی اس علاقے میں آنے کا مجاز ہے صرف وہ "پینلٹی شاٹ" لے سکتا ہے۔

کھراؤ (Contact):

1- کھیل کے دوران کوئی کھلاڑی مخالف سے اس طرح سے ٹکرانے یا چھونے کا مجاز نہیں جس کے باعث اس کا کھیل متاثر ہو جائے۔

2- کھیل میں حملہ آور یا دفاعی ٹیم کے کسی بھی کھلاڑی کو گیند حاصل کرنے کی کوشش میں مندرجہ ذیل کرنے کی اجازت نہیں:

(i) مخالف کی راہ میں رکاوٹ کا باعث بننا۔

(ii) مخالف کو دھکا دینا، پکڑنا، مخالف کے اوپر ٹھک جانا یا کسی بھی طریقہ سے جسمانی کھراؤ کا باعث بننا۔

(iii) مخالف کے قبضے میں گیند کو ایک ہاتھ یا دونوں ہاتھوں سے پکڑ کر چھین لینا۔

(iv) ہاتھوں میں پکڑے ہوئے گیند سے مخالف کو دھکیلنا۔

(v) مخالف کھلاڑی کے اتنا نزدیک چلے جانا جس کی وجہ سے وہ بغیر کھراؤ حرکت نہ کر پائے۔

مندرجہ بالا اشقوں کی خلاف ورزی پر مخالف "ٹیم" کو اسی جگہ سے "پینلٹی پاس یا شاٹ" دیا جائے گا جہاں سے بے ضابطگی سرزد ہوئی ہو۔

3- اگر دو مخالف کھلاڑی ایک ہی وقت پر اسٹھے گیند کو پکڑ لیں اور امپائر کی رائے میں کسی بھی کھلاڑی کی کوئی حق تلفی نہیں ہوئی تو وہ ان دونوں کھلاڑیوں کے درمیان اسی جگہ پر "ٹاس اپ" کیا جائے گا۔

سزائیں پینلٹیز (Awarding of Penalties):

- 1- "کورٹ" میں جس جگہ بے ضابطگی ہوئی ہو۔ اسی جگہ سے بے ضابطگی کی نوعیت کے مطابق متعین کردہ سزائیں دی جائیں گی۔
- 2- "ٹاس اپ" کے علاوہ دوسرے تمام "پینلٹیز" میں بے ضابطگی کرنے والی ٹیم کی مخالف ٹیم کا ایسا کوئی بھی کھلاڑی "پینلٹی" لے سکتا ہے جو اس علاقے میں جانے کا مجاز/اہل ہے۔
- 3- "امپائر" کے اشارہ کردہ جگہ پر گیند پکڑ لینے کے بعد کھلاڑی کو تین سیکنڈ کے اندر اندر چھینک دینا چاہیے۔
- 4- "فری پاس"، "پینلٹی پاس"، "پینلٹی پاس یا شاٹ"، یا "تھرو ان" کے دوران زمین پر لگے ہوئے پاؤں سے متعلقہ ضوابط پر سختی سے عمل کیا جائے گا۔
- 5- "فری پاس"، "پینلٹی پاس"، "پینلٹی پاس یا شاٹ" کے دوران مندرجہ بالا شق (3) اور (4) کی خلاف ورزی کی صورت میں مخالف ٹیم کو "فری پاس" دیا جائے گا۔

فری پاس (Free Pass):

- مخالف کھلاڑی کے کھیل میں رکاوٹ ڈالنے، ہٹ کرنا یا ایک ہی "ٹیم" کے ایک سے زیادہ کھلاڑیوں کا ہمہ وقتی بے ضابطگی یا "گول پوسٹ" سے متعلقہ ضوابط کی خلاف ورزی پر متاثرہ "ٹیم" کو "فری پاس" دیا جائے گا۔
- متاثرہ ٹیم کا صرف وہی کھلاڑی "فری پاس" کر سکتا ہے جو اس علاقہ میں جانے کا اہل ہے۔ لیکن اسے گیند کو کسی بھی مکمل ایک تہائی کے اوپر سے پھینکنے کی اجازت نہیں (یعنی "فری پاس" صرف ساتھ والے ایک تہائی حصہ میں کیا جاسکتا ہے)۔
- جب حملہ آور ٹیم کو "گول سرکل" میں "فری پاس" دیا جاتا ہے تو "پاس" کرنے والا کھلاڑی اس سے براہ راست "گول" نہیں کر سکتا۔ اس بے ضابطگی پر مخالف ٹیم کو اسی جگہ پر سے "فری پاس" دیا جائے۔ "فری پاس" کرنے والا کھلاڑی ساکن حالت اپنانے کے بعد تین سیکنڈ کے اندر اندر گیند پھینکے گا۔

پینلٹی پاس، پینلٹی پاس یا شاٹ (Penalty Pass, Penalty Pass or Shot)

- (i) مخالف کھلاڑی کے کھیل میں رکاوٹ/مداخلت یا اس کے ساتھ ٹکراؤ کی صورت میں متاثرہ ٹیم کو جائے وقوع پر "پینلٹی پاس"، "پینلٹی پاس یا شاٹ" دیا جائے گا۔
- (ii) "پینلٹی پاس" کے دوران "امپائر" اس امر کی تسلی کر لے گا کہ بے ضابطگی کرنے والا کھلاڑی "پینلٹی پاس" کرنے والے کھلاڑی کے نزدیک ہی کھڑا رہے اور وہ کھیل میں اس وقت تک حصہ نہ لے جب تک کہ گیند کھلاڑی کے ہاتھ سے نکل نہ جائے۔
- (iii) "پینلٹی پاس"، "پینلٹی پاس یا شاٹ" مخالف ٹیم کا ہر وہ کھلاڑی کر سکتا ہے جو اس علاقہ میں جانے کا اہل ہے۔ پاس کردہ گیند کو اڑان کے دوران بے ضابطگی کرنے والے کھلاڑی کے علاوہ باقی تمام کھلاڑی روک یا کھیل سکتے ہیں۔
- (iv) اس طرح سے دیے گئے "پینلٹی پاس" کے دوران اگر مخالف "ٹیم" کا کوئی اور کھلاڑی گیند بھیجنے والے کھلاڑی سے ٹھو جائے تو "پینلٹی پاس" دوبارہ کیا جائے گا اور یہ دونوں ہی بے ضابطگی کرنے والے کھلاڑی کھیل میں اس وقت تک حصہ نہیں لے سکتے جب تک کہ گیند اس کھلاڑی کے ہاتھ سے نکل نہ جائے۔
- (v) اگر کسی ٹیم کے دو کھلاڑی ہمہ وقتی طور پر مخالف کھلاڑی کے کھیل میں رکاوٹ یا ٹکراؤ کا باعث بنیں تو "پینلٹی پاس" کے دوران دونوں مذکورہ کھلاڑی اس وقت تک کھیل میں حصہ نہیں لے سکتے جب تک کہ گیند "پینلٹی پاس" کرنے والے کھلاڑی کے ہاتھ سے نکل نہ جائے۔

"تھرو ان" (Throw In)

گیند پکڑنے کے دوران اگر کھلاڑی کے جسم کا کوئی حصہ "کورٹ" کی حدود کی لکیر سے باہر زمین یا کسی اور چیز کو چھو لے تو اس صورت میں مخالف ٹیم کو ای جگہ سے "تھرو ان" دیا جائے گا۔ "تھرو ان" کرنے کی سیٹی بھانے سے پیشتر "امپائر" کو اس بات کی پوری تسلی کر لینی چاہیے کہ تمام کھلاڑی پوری طرح سے تیار ہیں۔

"ٹاس اپ" (Toss Up)

مندرجہ ذیل صورتوں میں کھیل کا اجرا "ٹاس اپ" سے ہوگا۔ جب دو مخالف کھلاڑی بیک وقت کسی بے ضابطگی کے مرتکب ہوں، مثلاً ہمہ وقتی "آف سائڈ" ہو جائیں یا دو مخالف کھلاڑی گیند کو مضبوطی سے پکڑ لیں یا بیک وقت گیند کو ہاتھ مار کر "کورٹ" سے باہر نکال دیں اور "امپائر" فیصلہ نہ کر پائے کہ آخری مرتبہ گیند کو کس کھلاڑی نے ہاتھ لگا یا تھا یا اگر دو مخالف کھلاڑی آپس میں ٹکرا جائیں جس کی وجہ سے دونوں کھلاڑیوں کا کھیل متاثر ہو جائے۔

"ٹاس اپ" کیے ہوئے گیند کو پکڑا جا سکتا ہے یا سے ہاتھ مار کر کسی سمت میں بھیجا جا سکتا ہے۔

"ٹاس اپ" کے وقت باقی تمام کھلاڑی اپنے اپنے مخصوص علاقوں میں کسی بھی جگہ کھڑی ہو سکتے ہیں۔

اگر "ٹاس اپ" "گول سرکل" میں کیا جائے تو "گول شوٹ" اور "گول ایک" گیند پکڑنے کے بعد گول کرنے کی کوشش بھی کر سکتے ہیں۔

"ٹاس اپ" کرنے کا طریقہ:

جائے وقوعہ پر دونوں مخالف کھلاڑی آمنے سامنے اپنے اپنے گول کی طرف منہ کر کے کھڑے ہو جائیں گے۔ ان کے بازو پہلو کے ساتھ سیدھے ہوں گے اور ان کے نزدیک ترین پاؤں کا درمیانی فاصلہ "90 سینٹی میٹر" سے کم نہیں ہوگا۔ امپائر گیند ہتھیلی پر رکھ کر اور اسے ان میں سے چھوٹے قدم والے کھلاڑی کے کندھے کے برابر لاکر ان دونوں کے درمیان تقریباً "60 سینٹی میٹر" اونچا اچھالے گا۔ گیند کو ہاتھ سے اچھالتے وقت ساتھ بیٹی بھی بجائے گا۔ بیٹی بچنے سے پہلے اگر کوئی کھلاڑی حرکت کرے تو اس کے مخالف کو "فری پاس" دیا جائے گا۔



نظم و ضبط (Discipline):

(i) - کھلاڑی کو ایسے اعمال اور غیر معیاری رویے جو کھیل کے منافی ہو اور جو باقاعدہ ضوابط کے دائرہ کار میں نہیں آتا، کسی بھی صورت میں برداشت نہیں کیا جائے گا۔ ایسا طریقہ عمل یا کھلاڑی کے غیر شایان شان رویے کا مظاہرہ خاص طور پر کھیل کے مختلف دورانیوں کے درمیانی وقفوں کے دوران "گول" ہونے اور "سنٹر پاس" کے کیے جانے کے درمیانی عرصہ میں یا گیند "کورٹ" کی حدود کو پار کر جانے اور "تھرو ان" کے دوران پیش آتے ہیں، کی ہرگز اجازت نہیں ہوگی۔ اس طرح کے طریقہ عمل کی تکلیفی یا شدت کی نوعیت کی مطابقت سے "فری پاس"، "پینلٹی پاس"، "پینلٹی پاس یا شات"، یا "تھرو ان" دی جاسکتی ہے۔

(ii) - دیدہ دانستہ کھیل میں تاخیر یا تعطل پیدا کرنا۔

(iii) - "امپائر" سے اختلاف رائے، تنقید یا جھگڑا کرنا۔

یہ "امپائر" کی صواب دید پر منحصر ہے کہ وہ اس ضمن میں کیا تاہی کارروائی کرنا چاہتا ہے۔

متنبہ کرنا یا معطل کرنا (Warning or Suspension)

کھلاڑی کو غیر شایان شان رویہ کا مظاہرہ کرنے پر باقاعدہ متنبہ کیا جائے۔ ”امپائر“ ”ٹائم کیپر“ کو گھڑی روکنے کا اشارہ کرنے کے ساتھ ساتھ مذکورہ کھلاڑی کو اس امر سے آگاہ کرے گا کہ ایسے رویے کا اعادہ کرنے کی صورت میں کیا نتائج برآمد ہونگے اس کے علاوہ اس کے ”کیپٹن“ کو بھی اس امر سے آگاہ کرے گا کہ اس کھلاڑی نے ایسے ہی رویہ کا دوبارہ مظاہرہ کیا تو امپائر اسے عارضی طور پر (مخصوص وقت کے لیے) کھیل سے خارج کر سکتا ہے۔ مثال کے طور پر اگلا ”گول“ ہونے تک، اگلا وقفہ ہونے تک یا 5 منٹ کے لیے وغیرہ وغیرہ۔ کھیل سے معطل کیے جانے کے ذرائعہ کا تعین کھلاڑی کے ناروا یا غیر معیاری رویہ کے سنگینی یا شدت پر منحصر ہے۔ اس سلسلہ میں ”کیپٹن“، ”ٹائم کیپر“ اور مذکورہ کھلاڑی کو اس امر سے آگاہ کیا جائے گا اور اس کا اندراج ”سکور شیٹ“ پر کیا جائے گا۔ عارضی طور پر کھیل سے خارج کردہ کھلاڑی ”ٹائم کیپر“ کے نزدیک مخصوص جگہ پر بیٹھے گا۔ لیکن اس کا متبادل ”کورٹ“ میں داخل نہیں کیا جائے گا اور اس کی جگہ خالی رہے گی۔ ”سنٹر“ کی صورت میں ”کورٹ“ میں حاضر کسی بھی دوسرے کھلاڑی کو اس کی جگہ کھیلنے کی اجازت ہے۔ لیکن جو وہی معطل شدہ کھلاڑی کھیل میں واپس آئے گا وہ کھلاڑی اپنی اصلی جگہ پر چلا جائے گا اگر صورت حال بہت ہی سنگین ہو تو کھلاڑی کو مستقل طور پر کھیل بدر کر دیا جاتا ہے تو کھیل کے بقیہ حصہ میں اس کی جگہ متبادل کھلاڑی شامل کیا نہیں جاتا اور اس کی جگہ خالی رہے گی۔ صرف ”سنٹر“ کی صورت میں کورٹ میں موجود کوئی بھی کھلاڑی اس کی جگہ کھیل سکتا ہے۔

تاخیر سے کورٹ میں داخل ہونا (Failure to take the Court)

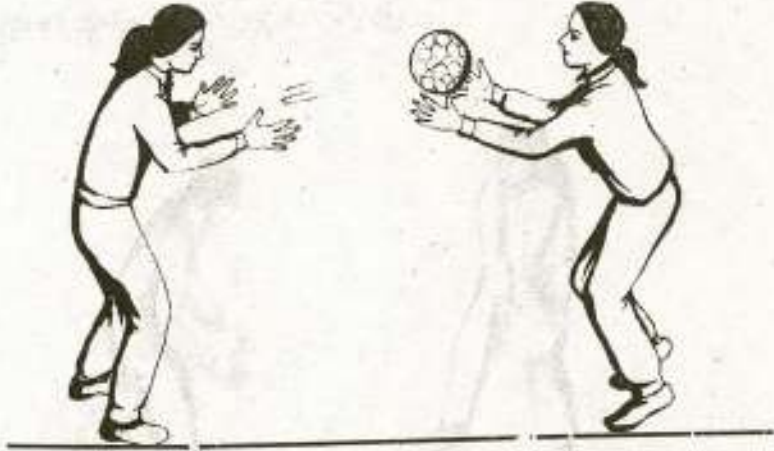
ہر ٹیم کے لیے یہ لازمی ہے کہ کھیل کے آغاز میں اور مختلف وقفوں کے بعد امپائر کے کہنے پر فوراً ”کورٹ“ میں داخل ہو جائیں۔ اگر کسی ٹیم کے 5 کھلاڑی ”کورٹ“ میں کھیلنے کے لیے موجود ہیں تو کھیل شروع کیا جاسکتا ہے جو کھلاڑی کھیل شروع ہونے کے بعد آئیں گے انہیں دیر سے آنے والے کھلاڑی (Late Arrivals) تسلیم کیا جاتا ہے اور یہ کھیل میں صرف مخصوص مضابطوں کے تحت ہی شامل ہو سکتے ہیں۔ کھیل کے آغاز سے پہلے اگر کسی ٹیم کے پانچ سے کم کھلاڑی ہوں تو مندرجہ ذیل طریقہ کار اپنایا جائے گا۔

i- مذکورہ ٹیم کو کم از کم 5 کھلاڑی پورے کرنے کے لیے 5 منٹ کا وقت دیا جائے گا لیکن اس وقت تک اگر وہ ”ٹیم“ ایسا کرنے سے قاصر رہے تو دوسری ”ٹیم“ کو جیتا ہوا تصور کیا جائے گا۔

ii- کھیل کے مختلف دورانیوں کے درمیانی وقفوں کے اختتام سے 30 سیکنڈ پہلے ”امپائر“ دونوں ٹیموں کو کھیل شروع کرنے کے لیے ”کورٹ“ میں حاضر ہونے کا اشارہ دے کرے گا لیکن اگر کوئی ”ٹیم“ اس وقت کے ختم ہونے سے پہلے ”کورٹ“ میں حاضر نہ ہو سکے تو اسے ایک منٹ کا اضافی وقت دیا جائے گا لیکن اگر وہ ”ٹیم“ پھر بھی ”کورٹ“ میں حاضر نہ ہو پائے تو دوسری ”ٹیم“ کو ”میچ“ میں جیتا ہوا تسلیم کر لیا جائے گا۔

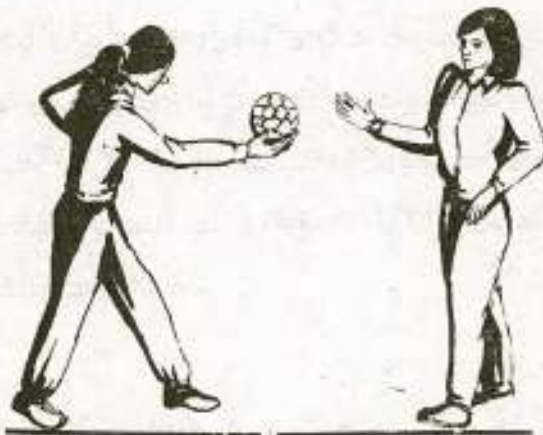
میٹ بال کی چیدہ چیدہ مہارتیں:

دونوں ہاتھوں سے گیند کو پکڑنا: ہاتھوں کی انگلیاں کھولیں، دونوں بازو گیند کی طرف بڑھا کر گیند ہاتھوں میں پکڑ کر فوراً ہی اپنا جسم اور بازو پیچھے لے جائیں۔ اس طرح گیند آسانی سے پکڑا جاتا ہے اور ہاتھوں میں اچکنے نہیں پاتا۔ انگلیوں کو چوٹ سے بچانے کے لیے ضروری ہے کہ بازو اور انگلیوں میں اکڑاؤ پیدا نہ کیا جائے۔



گندھوں کی سطح سے پاس دینا

ایک ہاتھ سے گیند پکڑنا: اس مہارت میں کھلاڑی اپنا ایک بازو پھیلا کر اسی ہاتھ سے گیند پکڑتی ہے کیونکہ ایک ہاتھ سے گیند زیادہ دُوری سے بھی پکڑا جاسکتا ہے۔



ایک ہاتھ سے گیند پکڑنا

گیندوں کی سطح سے پاس دینا: پاس لینے والے کھلاڑی کے فاصلے، سمت اور رفتار کو مد نظر رکھ کر اس کی طرف گیند پھینکنا چاہیے، گیند کو دونوں ہاتھوں میں پکڑ کر کندھے اور کہنی سے بازو سامنے کی طرف بڑھائیں اور ایک قدم لے کر دوسرے پاؤں پر وزن ڈالتے ہوئے گیند پھینک دیں۔ کلاسیوں کو جھٹکا دینے سے گیند کی رفتار تیز ہو جاتی ہے۔

پہلو میں کو لہے کی سطح سے پاس دینا: یہ طریقہ تیز اور چھوٹے پاس کے لیے موزوں ہے۔ اس میں گیند کمر سے ذرا نیچے یا پہلو کی طرف سے اس انداز میں پھینکا جاتا ہے، جیسے پہلو سے کوئی چیز اٹھا کر پھینکی جاتی ہے۔



پہلو میں کو لہے کی سطح سے پاس دینا

جھانس دینا:

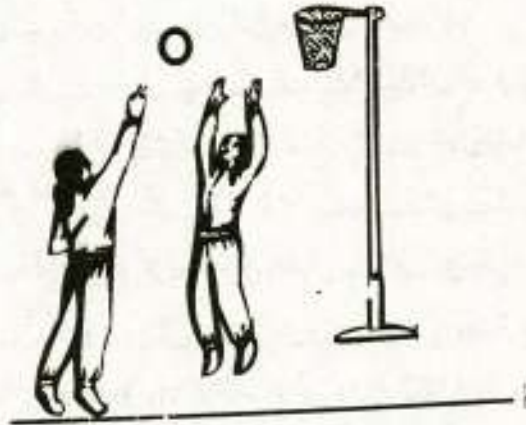
نیٹ بال میں جھانس دینا بھی ایک فن اور کامیابی کا ضامن ہوتا ہے۔ جھانس دینے کا پہلا طریقہ یہ ہے کہ گولڈ ٹاٹر دیا جائے، مثلاً مخالف کھلاڑی کے پیچھے اس طرح کھڑے ہونا چاہیے کہ اسے نظر نہ آئے یا پہلے ایک طرف کا جھانس دے کر یکا یک دوسری طرف سے نکلے اور گیند پکڑ لے، یعنی دائیں طرف ظاہر کرنے کے بعد بائیں جانب سے نکل کر گیند کو پکڑ لے۔ جھانس دینے کا دوسرا طریقہ یہ ہے کہ کھلاڑی پہلے سامنے کی جانب دوڑے۔ لازماً مخالف کھلاڑی بھی اسی طرف بھاگے گا۔ پھر یکا یک مٹھرتی سے پیچھے ہو کر مخالف کھلاڑی کے سر کے اوپر سے گیند پکڑ لے۔

حائل ہونا:

کوئی کھلاڑی اگر مخالف کھلاڑی کو گیند حاصل کرنے سے روکنے میں کامیاب نہ ہو سکے تو وہ اس کے سامنے آ کر اس طرح حائل ہو جائے کہ گیند پر قابض کھلاڑی آسانی سے نہ تو شوٹ اور نہ ہی پاس کر پائے، لیکن ان کے درمیان 90 سینٹی میٹر کا فاصلہ ضرور رہنا چاہیے۔

گول کرنے میں مہارت حاصل کرنے کے لیے مندرجہ ذیل ہدایات پر عمل کرنا ضروری ہے۔

- 1- مختلف فاصلوں سے روزانہ گول کرنے کی کم از کم سو دفعہ مشق کرنی چاہیے۔
- 2- دونوں ہاتھوں سے اور ایک ہاتھ سے علیحدہ علیحدہ گول کرنے کی کامل مشق کرنی چاہیے۔
- 3- کھڑے ہو کر اور دوڑتے ہوئے گیند رنگ میں سے گزارنے کی مشق کرنی چاہیے۔
- 4- دونوں ہاتھوں سے گیند پھینک کر رنگ میں سے گزارنے کے لیے، گھٹنے ذرا آگے کی طرف جھکائیں اور جسم کو سیدھا رکھیں اور بازوؤں کو ترچھا اوپر اٹھاتے ہوئے گیند کو ”رنگ“ کی طرف اچھال دینا چاہیے۔
- 5- گیند کو ہاتھ میں پکڑ کر دائیں ٹانگ سے قدم آگے کو لیتے ہوئے ایک ہاتھ سے گیند کو ”رنگ“ میں سے گزارنا چاہیے۔



مخالف کھلاڑی کے سر کے اوپر سے شوٹ کرنا

☆☆☆☆☆