



< جرمنی میں زندگی کے طور طریقے

## سپورٹس اور تفریحی سرگرمیاں



اگر آپ ایک ٹیم میں کھیلتے ہیں تو ٹیم میں شامل دوسرے لوگوں کے ساتھ زیادہ بولے بغیر ہی آپ بہت لطف اٹھا سکتے ہیں۔ کچھ میدان میں بال کو کک لگانا پسند کرتے ہیں، کچھ لوگوں کے درمیان بیٹھ کر تالیاں بجاتا پسند کرتے ہیں۔ سپورٹس ہر رنگ، جنس اور عمر کے لوگوں کو ایک دوسرے کے قریب لاتی ہیں۔ لیکن سب کے درمیان ایک چیز عام ہوتی ہے: گول کرنا اور کھیل میں کامیابی حاصل کرنا۔ اس طرح آپس میں دوستی بھڑتی ہے۔ آپ ایک دوسرے کو جانتے ہیں، زندگی کے اچھے لمحات شیر کرنے کے ساتھ ساتھ، ایک دوسرے کو ہمت بھی مہیا کرتے ہیں۔



### سپورٹس نئے دوست بنانے کا ذریعہ

سپورٹس کے ذریعے آپ اپنے پڑوس میں رہنے والے لوگوں کے ساتھ اچھے تعلقات قائم کر سکتے ہیں۔ آپ کو ان کے رہن سہن، سوچ بچار اور زبان کا پتہ چلتا ہے۔ اسکے علاوہ، دوسروں کے ساتھ کھیلنے سے آپ کے دماغ، جسم اور روح کو تازگی ملتی جلتی ہے۔ سپورٹس نہ صرف آپ کو ہر روز کچھ کرنے کو دیتی ہیں بلکہ آپ کو ایک اچھا اور صحت مند ہفتہ گزارنے میں مدد کرتی ہیں۔

کھیل کے دوران آپ اپنے بارے میں بھی بہت سیکھتے ہیں۔ آپ کو اپنی ذاتی حدود اور جسمانی طاقت کا اندازہ لگتا ہے جو آپ کو آگے بھڑنے میں مدد مہیا کرتا ہے۔ جب آپ ایسی مشکلات پر قابو پالتے ہیں پھر آپ زندگی کو ایک نئے انداز میں گزارنا سیکھ جاتے ہیں۔

### سپورٹس بہتر زندگی گزارنے کا باعث

روزمرہ کی سپورٹس ایک اچھی نوکری تلاش کرنے میں بھی مددگار ثابت ہو سکتی ہیں۔ عام طور پر نوکری دینے والا ایسے لوگوں کی تلاش میں ہوتا ہے جو اپنے کام میں ذماداری، ہمت، اور مسلسل پن کا اظہار کرتے ہیں۔ اگر آپ کے کام دینے والے کو پتا چلے کہ آپ ہر روز اپنی جسمانی حالت کو برقرار رکھنے کے لیے سپورٹس کھیلتے ہیں تو اس بات کا اس پر مثبت اثر پڑتا ہے۔ سپورٹس کلب میں مقامی لوگوں سے جان پہچان بنانا کسی نئی نوکری کا باعث بھی بن سکتا ہے، کیونکہ ہو سکتا ہے کہ انکے کسی ایسی کپنی یا جگہ پر تعلقات ہوں جنہیں آپ جیسے کسی شخص کی ضرورت ہو۔



ویسے: روزمرہ کی زندگی کی طرح سپورٹس کے بھی اپنے قوانین ہیں۔ ہم آپ سے گزارش کرتے ہیں کہ آپ ان قوانین کے بارے میں سیکھیں کیونکہ یہ کھیلنے والی ٹیموں کے آپس میں باہمی تعلقات کا بہت اہم ذریعہ ہیں۔ ایمانداری، آپس میں اچھا تعاون اور باہمی عزت بنیادی حصہ ہیں۔ ان خاص قوانین کے ساتھ آپ کو عام قوانین کا بھی خیال رکھنا ہوگا، مثلاً، جم کے جوتوں کو صرف جم کے وقت استعمال کرنا۔



### معاشرتی ذماداری کی قبولیت

کھیل کود کے دوران آپ کو اپنے جسمانی اور ذاتی ہنر کو ثابت کرنے کا موقع دیا جاتا ہے۔ اگر آپ کھیلوں میں زیادہ شمولیت اختیار کرتے ہیں تو پھر آپ اس میں خاص محنت کریں اور اپنے کوچ سے سرٹیفکیٹ حاصل کرنے کی کوشش کریں جو کہ بعد میں آپ کو بچوں اور نوجوانوں کو اپنے ذاتی سپورٹس کلب میں سپورٹس سکھانے کے قابل بنا سکتا ہے۔ اس طرح آپ اپنے معاشرے پر مثبت اثرات مرتب کر سکتے ہیں۔

کھیل کود کے ذریعے مقامی لوگ بھی آپ کے ساتھ اچھے تعلقات قائم کرنا چاہتے ہیں۔ کچھ مقامی لوگوں کو اس بات کا اندازہ نہیں ہوتا کہ وہ غیر ملکی لوگوں سے کیسے اچھے انداز میں بات چیت کر سکتے ہیں۔ اسلیئے سپورٹنگ سرگرمیاں ان مشکلات کو دور کر سکتی ہیں۔ ثقافتی تبادلہ اسی وقت ہو سکتا ہے جب دونوں پارٹیاں اپنے معاشرتی اور ثقافتی ورثوں کو ایک دوسرے کے ساتھ ایمانداری اور عزت کے ساتھ پیش کریں۔

### جرمنی میں کھیل کود کی قسمیں



جرمنی میں تقریباً ہر قسم کے کھیل کھیلے جاتے ہیں۔ جن میں مرد اور عورتیں، نوجوان یا بزرگ، اور صحت مند اور کمزور سب حصہ لے سکتے ہیں۔ ان کھیلوں کا مقصد عمر دراز لوگوں کے لیے اپنی صحت کا خیال اور بچوں کے لیے تفریح کرنا ہے۔

لوگوں کو یہاں کھیل کود کے انگنت مواقع میسر ہیں۔ کافی لوگ سائیکل چلانا یا بھاگنا پسند کرتے ہیں اور کئی لوگوں کو جم جانا اچھا لگتا ہے۔ جب آپ کا کونٹریک جاری ہو جاتا ہے تو پھر آپ جم میں کی جانے والی مختلف قسم کی سرگرمیوں سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔

فٹبال، جمناسٹک، اور ٹینس بہت مشہور کھیل سمجھے ہیں۔ لیکن تیراکی، جڈو اور بیڈمنٹن بھی کافی مقبول سپورٹس ہیں۔ چھوٹے شہروں میں پائے جانے والے کئی سپورٹس کلبوں میں، اکثر اچھے کھلاڑیوں کو جگہ دی جاتی ہے۔ اس وجہ سے ایسے کلب صرف پہلے سے تجربہ شدہ کھلاڑیوں کو ہی خوش آمدید کہتے ہیں۔ بہت سے لوگوں کیلئے ایسے کلب اس وجہ سے بھی اچھے ہیں کہ یہاں »ہر کسی کے لیے سپورٹس میسر» ہے۔ اور یہاں آپ اپنے پسندیدہ کھیل سے جسمانی ورزش کے ساتھ ساتھ کافی لطف بھی اٹھا سکتے ہیں۔

جرمنی کے کافی شہروں میں گرگا گھر ہمیشہ مختلف قسم کے کھیل پیش کرتے ہیں جن میں آپ بخیر پیسے ادا کیے حصہ لے سکتے ہیں۔ اور بعض اوقات گرگا گھر اضافی سرگرمیوں کا انتظام کرتے ہیں اور آپ ان میں بھی شامل ہو سکتے ہیں۔