

## سوئمنگ کارڈ 2025

اوقات کی تعداد	مثال	1	2	3	4	5	6	7	8
صحت کے مشاہدے کی اشیاء	6/16	/	/	/	/	/	/	/	/
1 جسمانی درجہ حرارت	36,5								
2 میں رات سے پہلے اچھی طرح سویا تھا۔	○								
3 میں نہیں تھکا۔	○								
4 میرا پیٹ ٹھیک ہے۔	○								
5 میری آنکھیں ٹھیک ہیں۔	○								
6 میرے کان ٹھیک ہیں۔	○								
7 مجھے جلد کی کوئی بیماری نہیں ہے۔	○								
8 میں زخمی نہیں ہوں۔	○								
9 کوئی دوسری غیر معمولیات نہیں ہیں۔	○								
10 صرف اس صورت میں جب آپ دوا لے (رہے ہوں) میں نے اپنی دوا لی۔	○								
آپ پول میں جا سکتے ہیں۔	名前								
میں پول میں نہیں جا سکتا۔									
استاد کے دستخط									

### والدین کے لیے

تیراکی کے اسباق کی اوپر دی گئی اشیاء کے لیے طلباء کی صحت کی جانچ کرنا یقینی بنائیں۔  
 اگر ایک جگہ بھی غائب ہے، تو آپ کو پول میں جانے کی اجازت نہیں ہوگی۔  
 والدین کا نشان یا تو "پول میں جانا ٹھیک ہے" یا "پول میں جانا ٹھیک نہیں ہے" رکھنا نہ بھولیں۔

:اگر آپ اپنا کارڈ گھر لانا بھول جاتے ہیں، تو براہ کرم اسے درج ذیل میں سے کسی ایک طریقے سے جمع کروائیں:

1) اسکول کی ویب سائٹ پر پوسٹ کیے گئے کارڈز کو پرنٹ کریں۔

2) کارڈ پر درج صحت کے مشاہدے کی تمام معلومات مواصلاتی کتاب میں لکھیں۔