



Individual Tasks

1. Climbing up 6 inch rope
2. Monkey crawling
3. Passing through a tyre
4. Climbing a wall 7 inch high
5. Tarzan jump
6. Tarzan swing
7. High jump
8. Long jump
9. Balance walking over a beam 7 feet long
10. Walking over parallel ropes

Keep in Mind the following important points

1. Attempt those which are nearer to you and if they are easy as well.
 2. Take up that obstacle first about which you feel confident.
 3. Develop stamina to do these obstacles as without it you may feel fatigued, say after two or three items, and particularly rope climbing.
 4. If by chance you attempt to do an obstacle but you fail, make another successful attempt. Try to complete it before passing on to the next unless you feel convinced that you cannot do it. In that case it is better to pass on to the next rather than waste time on it.
 5. Try your utmost to finish these within 3 minutes. A sincere attempt may give even some extra time which you can utilize to repeat any obstacle if you have been told by the GTO in the beginning about the Repeat Performance.
 6. Running and doing exercise daily will help you in building stamina.
-

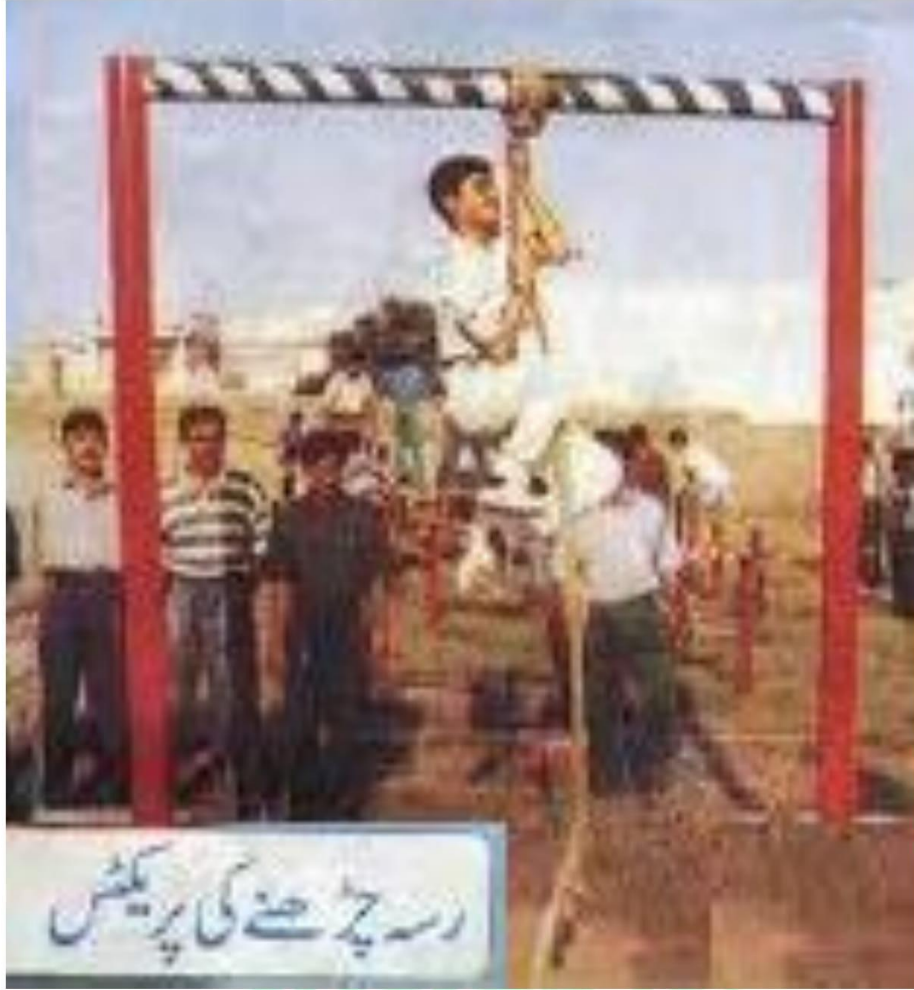


Advice to the Candidates

1. Develop stamina to do these obstacles as without it you may feel fatigued, say after two or three items, and particularly rope climbing.
2. Take up that obstacle first about which you feel confident.
3. Attempt those which are nearer to you and if they are easy as well.
4. If by chance you attempt to do an obstacle but you fail, make another successful attempt. Try to complete it before passing on to the next unless you feel convinced that you cannot do it. In that case it is better to pass on to the next rather than waste time on it.
5. Try your utmost to finish these within 3 minutes. A sincere attempt may give even some extra time which you can utilize to repeat any obstacle if you have been told by the G.T.O. in the beginning about the 'Repeat Performance'.
6. Running and doing exercise daily will help you in building stamina.



1. Climbing up 6 inch rope





2. Monkey crawling





2. Passing through a tyre



3. Climbing a Wall of 7 inch high





4. Tarzan jump



5. Tarzan swing



6. High jump





7. Crossing Rope



8. Balance walking over a beam 7 feet long





9. Walking over parallel ropes



Burma Bridge: Need to climb up from one side, walk over on the parallel rope holding the upper one and get down from other side





اسلام علیکم دوستوں آپکو ایک بار پھر issbencyclopedia.blogspot.com کے پلیٹ فارم سے خوش آمدید کہتا ہوں -
امید ہے کہ آپ سب خیریت سے ہو گے۔ تو دوستوں آج ہم issb کے جس موضوع پر بحث کرنے جا رہے ہیں وہ ہے (IO) یعنی
کہ **Individual obstacles** امید کرتا ہوں آپکو پسند آئے گا۔

Individual obstacles ایک **outdoor task** ہے۔ جس کا بنیادی مقصد امیدوار کا **courage, stamina** اور
effective intelligence کا چیک کرنا ہوتا ہے۔ اس ٹاسک میں ایک کھلے میدان میں نو مختلف قسم کی روکاوٹیں ہوتی ہیں
اور انہیں پار کرنے کے لئے امیدوار کو 2 منٹ کا وقت دیا جاتا ہے یہ تمام روکاوٹیں ایک دائرے کی شکل میں رکھی جاتیں ہیں
جبکہ دو تین روکاوٹیں دائرے کے درمیان میں موجود ہوتی ہیں جبکہ امیدوار کو ٹاسک ایریا میں موجود ایک چھوٹے سے دائرے
میں کھڑا کر دیا جاتا ہے۔ اس ٹاسک کا کوئی مخصوص **starting line and finishing line** نہیں ہوتا، اب یہ امیدوار پر
مختصر ہوتا ہے کہ وہ کس طرح اور کہاں سے اس ٹاسک کا آغاز کرتا ہے۔ ہر روکاوٹ کا ایک مخصوص **point** ہوتا ہے جو روکاوٹ
عبور کرنے پر دیا جاتا ہے۔

بونس پوائنٹس کیسے حاصل کریں۔

اس کے لئے آپ کو تمام 9 روکاوٹوں مقررہ وقت دو منٹ سے پہلے کرنا ہو گا جبکہ باقی بچے وقت میں کسی بھی قریبی اور آسان
روکاوٹ کو دوہراتے جاتے، جتنی بار آپ اس روکاوٹ کو دوہرائیں اتنے پوائنٹس آپ اضافی حاصل کر سکتے ہیں،
چند اہم ہدایات -

جب اپسٹیکل کے لئے سٹی بچے تو ایک دم تیز نہ دوڑے بلکہ آہستہ آہستہ **jogging** کرتے جائے۔

Obstacles کرنے کے دوران اگر کوئی **foul** ہو جاتے تو دوبارہ کوشش کریں ہمت مت ہارئے۔

سب سے پہلے زیادہ پوائنٹ والی روکاوٹ پر نہ جائے۔

Obstacles سے پہلے دی جانے والی بریفنگ کو غور سے سنیں۔

Best of Luck

Share this with your Fellows