Quran Plus School

How to Pray

Hanafi

نماز کا طریقہ — حنفی

وَاَقِيْمُوا الصَّلٰوةَ

Qur'an 2:43

Step by step for children and beginners — what to do, what to say and what it means.

Step by step | Arabic | Roman | English | اردو

This guide belongs to:

Open online
All five schools · chart

How to Pray — Hanafi نماز کا طریقہ — حنفی

About this school اس فقہ کا تعارف

Named after Imam Abu Hanifa al-Nu'man (80–150 AH) of Kufa. Followed mostly in Pakistan, India, Bangladesh, Afghanistan, Turkey, Central Asia and the Balkans.

امام ابو حنیفہ نعمان بن ثابتؒ (80–150ھ، کوفہ) سے منسوب۔ زیادہ تر پاکستان، ہندوستان، بنگلہ دیش، افغانستان، ترکی، وسطی ایشیا اور بلقان میں رائج ہے۔

Before you pray نماز سے پہلے

- Make wudu (ablution).
  وضو کریں۔
- Body, clothes and place of prayer should be clean.
  جسم، کپڑے اور نماز کی جگہ پاک ہو۔
- Cover the body properly (for girls and women, all except the face and hands).
  جسم اچھی طرح ڈھانپیں (لڑکیاں اور خواتین چہرے اور ہاتھوں کے سوا پورا جسم)۔
- Pray within the time of the prayer, facing the qibla.
  نماز اس کے وقت میں، قبلہ رخ ہو کر پڑھیں۔

Rak'at of the five daily prayers پانچ نمازوں کی رکعتیں

Fajr	Zuhr	Asr	Maghrib	Isha	Witr
فجر	ظہر	عصر	مغرب	عشاء	وتر
2	4	4	3	4	3 rak'at, one salam — wajib
fard · aloud in the first two	fard · quietly	fard · quietly	fard · aloud in the first two	fard · aloud in the first two	تین رکعت، ایک سلام — واجب
فرض ۔ پہلی دو میں بلند آواز سے	فرض ۔ آہستہ	فرض ۔ آہستہ	فرض ۔ پہلی دو میں بلند آواز سے	فرض ۔ پہلی دو میں بلند آواز سے	

How to use this guide

- The steps show a complete prayer. In a 2-rak'ah prayer such as Fajr, the sitting after the 2nd rak'ah is the last sitting — go straight to "Last sitting".
- ◆ marks a step where the schools differ. The free comparison chart shows all five side by side.
- The Arabic is the real text; the pronunciation line is only a help. Learn the correct pronunciation from a teacher.
- Learn the actions first, then add the words one by one. Practise with a grown-up.

یہ رہنما کیسے استعمال کریں

- اقدام پوری نماز دکھاتے ہیں۔ دو رکعت والی نماز (جیسے فجر) میں دوسری رکعت کے بعد والا قعدہ ہی آخری قعدہ ہے — سیدھا «قعدۂ اخیرہ» پر جائیں۔
- ◆ کا نشان بتاتا ہے کہ اس قدم میں مسالک کا فرق ہے۔ مفت موازنہ چارٹ میں پانچوں ایک ساتھ دیکھیں۔
- اصل متن عربی ہے؛ تلفظ کی سطر صرف مدد کے لیے ہے۔ صحیح تلفظ کسی استاد سے سیکھیں۔
- پہلے حرکات سیکھیں، پھر ایک ایک کر کے الفاظ یاد کریں۔ کسی بڑے کے ساتھ مشق کریں۔

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School

How to Pray — Hanafi نماز کا طریقہ — حنفی

A note of respect

All five ways of praying come from the Qur'an and the Sunnah as each school understood them. This is a simple guide for children and beginners, as commonly taught in each school — follow your own school and learn the details from a qualified teacher.

احترام کی بات

نماز کے یہ پانچوں طریقے قرآن و سنت ہی سے ماخوذ ہیں، ہر مکتبِ فکر نے دلائل کو اپنے فہم کے مطابق لیا ہے۔ یہ بچوں اور نئے سیکھنے والوں کے لیے ایک آسان رہنما ہے، جیسا کہ ہر مکتب میں عام طور پر سکھایا جاتا ہے — اپنے مسلک پر عمل کریں اور تفصیل کسی مستند عالم یا استاد سے سیکھیں۔

1 Intention — نیت

Stand facing the qibla and make the intention in your heart for the prayer you are about to pray (for example, the 2 rak'at fard of Fajr).

قبلہ رخ کھڑے ہوں اور دل میں اس نماز کی نیت کریں جو آپ پڑھنے لگے ہیں (مثلاً فجر کی دو رکعت فرض)۔

2 Opening takbir — تکبیرِ تحریمہ

Raise both hands to the ears (thumbs near the earlobes) and say "Allāhu akbar". Girls and women raise their hands to the shoulders.

دونوں ہاتھ کانوں تک اٹھائیں (انگوٹھے کانوں کی لو کے قریب) اور «اللہ اکبر» کہیں۔ لڑکیاں اور خواتین ہاتھ کندھوں تک اٹھائیں۔

TAKBIR تکبیر

اَللّٰهُ اَكْبَرُ

Allāhu akbar

MEANING Allah is the Greatest.

ترجمہ: اللہ سب سے بڑا ہے۔

3 Folding the hands — ◆ Schools differ — ہاتھ باندھنا

Place the right hand over the left, below the navel. Girls and women place their hands on the chest.

دایاں ہاتھ بائیں ہاتھ پر رکھ کر ناف کے نیچے باندھیں۔ لڑکیاں اور خواتین ہاتھ سینے پر رکھیں۔

Practise with a grown-up — کسی بڑے کے ساتھ مشق

Pray two rak'at slowly while a parent or teacher watches. Colour a box each day. امی ابو یا استاد کے سامنے آہستہ آہستہ دو رکعت پڑھیں۔ ہر دن ایک خانہ رنگ دیں۔

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School

quranplusschool.com · WhatsApp +92 317 0924964
Book a FREE trial class

4 Thana ثنا

Quietly recite the Thana:

آہستہ سے ثنا پڑھیں:

THANA — OPENING PRAISE ثنا

📖 Sunan Abi Dawud 775 · Jami' at-Tirmidhi 242

سُبْحَانَکَ اللّٰھُمَّ وَبِحَمْدِکَ وَتَبَارَکَ اسْمُکَ وَتَعَالٰی جَدُّکَ وَلَا اِلٰہَ غَیْرُکَ

Subḥānakallāhumma wa biḥamdika wa tabārakasmuka wa taʿālā jadduka wa lā ilāha ghayruk

MEANING Glory be to You, O Allah, and all praise is Yours; blessed is Your name, high is Your majesty, and there is no god but You.

ترجمہ: اے اللہ! تو پاک ہے اور تیری ہی تعریف ہے، تیرا نام برکت والا ہے، تیری شان بلند ہے، اور تیرے سوا کوئی معبود نہیں۔

5 Ta'awwudh and Bismillah تعوذ اور تسمیہ

Quietly say:

آہستہ سے پڑھیں:

TA'AWWUDH تعوذ

📖 Qur'an 16:98

اَعُوْذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّيْطٰنِ الرَّجِيْمِ

Aʿūdhu billāhi minash-shayṭānir-rajīm

MEANING I seek refuge in Allah from Shaytan, the rejected.

ترجمہ: میں شیطان مردود سے اللہ کی پناہ مانگتا ہوں۔

BISMILLAH تسمیہ

📖 Qur'an 1:1

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

Bismillāhir-raḥmānir-raḥīm

MEANING In the name of Allah, the Most Gracious, the Most Merciful.

ترجمہ: اللہ کے نام سے جو نہایت مہربان، بہت رحم کرنے والا ہے۔

My prayer times today آج میری نماز کے اوقات

Ask at home or at the masjid and write today's times. گھر یا مسجد سے پوچھ کر آج کے اوقات لکھیں۔

Fajr	Zuhr	Asr	Maghrib	Isha

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School

quranplusschool.com · WhatsApp +92 317 0924964
Book a FREE trial class

6 Al-Fatiha and Ameen ◆ Schools differ

الفاتحہ اور آمین

Recite al-Fatiha and then say "Āmīn" quietly. Behind an imam, stay silent and listen — the imam's recitation is enough.

الفاتحہ پڑھیں اور پھر آہستہ سے «آمین» کہیں۔ امام کے پیچھے خاموش رہ کر سنیں — امام کی قراءت کافی ہے۔

SURAH AL-FATIHA سورۃ الفاتحہ

📖 Qur'an 1:2–7

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِيْنَ ۝ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ۝ مٰلِكِ يَوْمِ الدِّيْنِ ۝ اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَاِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ ۝ اِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيْمَ ۝ صِرَاطَ الَّذِيْنَ اَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ ۝ غَيْرِ الْمَغْضُوْبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّآلِّيْنَ

Al-ḥamdu lillāhi rabbil-ʿālamīn. Ar-raḥmānir-raḥīm. Māliki yawmid-dīn. Iyyāka naʿbudu wa iyyāka nastaʿīn. Ihdinaṣ-ṣirāṭal-mustaqīm. Ṣirāṭal-ladhīna anʿamta ʿalayhim, ghayril-maghḍūbi ʿalayhim wa laḍ-ḍāllīn

MEANING All praise is for Allah, Lord of all the worlds, the Most Gracious, the Most Merciful, Master of the Day of Judgement. You alone we worship and You alone we ask for help. Guide us to the straight path — the path of those You have blessed, not of those who earned anger, nor of those who went astray.

ترجمہ: سب تعریفیں اللہ کے لیے ہیں جو تمام جہانوں کا رب ہے، نہایت مہربان، بہت رحم کرنے والا، روزِ جزا کا مالک۔ ہم تیری ہی عبادت کرتے ہیں اور تجھ ہی سے مدد مانگتے ہیں۔ ہمیں سیدھا راستہ دکھا، ان لوگوں کا راستہ جن پر تو نے انعام کیا، نہ ان کا جن پر غضب ہوا اور نہ گمراہوں کا۔

AMEEN آمین

📖 Sahih al-Bukhari 780

آمِيْنَ

Āmīn

MEANING O Allah, accept.

ترجمہ: اے اللہ! قبول فرما۔

Words I know by heart

مجھے زبانی یاد الفاظ

Write the names of the recitations you can say without looking. ان اذکار کے نام لکھیں جو آپ بغیر دیکھے پڑھ سکتے ہیں۔

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School

quranplusschool.com · WhatsApp +92 317 0924964
Book a FREE trial class

How to Pray — Hanafi نماز کا طریقہ — حنفی

7 A surah سورت

In the first two rak'at, after al-Fatiha recite a surah or a few verses — for example, al-Ikhlas.

پہلی دو رکعتوں میں الفاتحہ کے بعد کوئی سورت یا چند آیات پڑھیں — مثلاً سورۃ الاخلاص۔

A SHORT SURAH — AL-IKHLAS ایک چھوٹی سورت — الاخلاص

📖 Qur'an 112:1–4

قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌ ۝ اَللّٰهُ الصَّمَدُ ۝ لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُوْلَدْ ۝ وَلَمْ يَكُنْ لَّهٗ كُفُوًا اَحَدٌ

Qul huwallāhu aḥad. Allāhuṣ-ṣamad. Lam yalid wa lam yūlad. Wa lam yakul-lahū kufuwan aḥad

MEANING Say: He is Allah, the One. Allah, the Eternal Refuge. He neither begets nor is born, and there is none equal to Him.

ترجمہ: کہہ دیجیے: وہ اللہ ایک ہے۔ اللہ بے نیاز ہے۔ نہ اس کی کوئی اولاد ہے اور نہ وہ کسی کی اولاد ہے۔ اور کوئی اس کا ہمسر نہیں۔

8 Ruku' ◆ Schools differ رکوع

Say "Allāhu akbar" (hands are raised only at the opening takbir) and bow: hands on the knees, back straight. Say 3 times:

«اللہ اکبر» کہہ کر رکوع کریں (ہاتھ صرف تکبیرِ تحریمہ میں اٹھائے جاتے ہیں): ہاتھ گھٹنوں پر، کمر سیدھی۔ تین بار کہیں:

RUKU' TASBIH رکوع کی تسبیح

📖 Sahih Muslim 772

سُبْحَانَ رَبِّيَ الْعَظِيْمِ

Subḥāna rabbiyal-ʿaẓīm

MEANING Glory be to my Lord, the Magnificent.

ترجمہ: پاک ہے میرا رب جو عظمت والا ہے۔

9 Standing up again قومہ

Stand up straight. The imam says the first phrase, the follower the second; praying alone, say both:

سیدھے کھڑے ہو جائیں۔ امام پہلا جملہ کہے، مقتدی دوسرا؛ اکیلے ہوں تو دونوں کہیں:

RISING FROM RUKU رکوع سے اٹھتے ہوئے

📖 Sahih al-Bukhari 796

سَمِعَ اللّٰهُ لِمَنْ حَمِدَهٗ

Samiʿ allāhu liman ḥamidah

MEANING Allah hears the one who praises Him.

ترجمہ: اللہ نے اس کی سن لی جس نے اس کی تعریف کی۔

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School

quranplusschool.com · WhatsApp +92 317 0924964
Book a FREE trial class

How to Pray — Hanafi نماز کا طریقہ — حنفی

9 · Standing up again (continued) قومہ (جاری)

PRAISE AFTER RISING قومہ کی تحمید

📖 Sahih al-Bukhari 796

رَبَّنَا لَكَ الْحَمْدُ

Rabbanā lakal-ḥamd

MEANING Our Lord, all praise is Yours.

ترجمہ: اے ہمارے رب! سب تعریف تیرے ہی لیے ہے۔

10 Sajdah سجدہ

Say “Allāhu akbar” and go down into sajdah: forehead and nose, both palms, both knees and the toes touch the ground. Say 3 times:

«اللہ اکبر» کہہ کر سجدے میں جائیں: پیشانی اور ناک، دونوں ہتھیلیاں، دونوں گھٹنے اور پاؤں کی انگلیاں زمین پر ہوں۔ تین بار کہیں:

SAJDAH TASBIH سجدے کی تسبیح

📖 Sahih Muslim 772

سُبْحَانَ رَبِّيَ الْأَعْلٰى

Subḥāna rabbiyal-aʿlā

MEANING Glory be to my Lord, the Most High.

ترجمہ: پاک ہے میرا رب جو سب سے بلند ہے۔

11 Sitting between the sajdahs جلسہ

Say “Allāhu akbar”, sit up calmly for a moment, then say “Allāhu akbar” and make the second sajdah in the same way.

«اللہ اکبر» کہہ کر اطمینان سے ذرا بیٹھیں، پھر «اللہ اکبر» کہہ کر اسی طرح دوسرا سجدہ کریں۔

12 Second rak‘ah دوسری رکعت

Stand up for the second rak‘ah without sitting in between and pray it like the first (without the Thana).

بیچ میں بیٹھے بغیر دوسری رکعت کے لیے کھڑے ہو جائیں اور اسے پہلی رکعت کی طرح پڑھیں (ثنا کے بغیر)۔

All five, on time پانچوں، وقت پر

Colour a box each day you pray all five prayers on time. جس دن پانچوں نمازیں وقت پر پڑھیں، ایک خانہ رنگ دیں۔

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School

quranplusschool.com · WhatsApp +92 317 0924964
Book a FREE trial class

How to Pray — Hanafi نماز کا طریقہ — حنفی

13 Sitting and Tashahhud ◆ Schools differ قعدہ اور تشہد

After two rak'at sit on the left foot with the right foot upright. Recite the Tashahhud; raise the right index finger at "lā ilāha" and lower it at "illallāh". Girls and women sit with both feet out to the right.

دو رکعت کے بعد بایاں پاؤں بچھا کر اس پر بیٹھیں اور دایاں پاؤں کھڑا رکھیں۔ تشہد پڑھیں؛ «لا إلٰه» پر دائیں ہاتھ کی شہادت کی انگلی اٹھائیں اور «إلا الله» پر رکھ دیں۔ لڑکیاں اور خواتین دونوں پاؤں دائیں طرف نکال کر بیٹھیں۔

TASHAHHUD (IBN MAS'UD) تشہد (روایتِ ابن مسعودؓ)

📖 Sahih al-Bukhari 831

اَلتَّحِيَّاتُ لِلّٰهِ وَالصَّلَوٰتُ وَالطَّيِّبٰتُ، اَلسَّلَامُ عَلَيْكَ اَيُّهَا النَّبِيُّ وَرَحْمَةُ اللّٰهِ وَبَرَكَاتُهٗ، اَلسَّلَامُ عَلَيْنَا وَعَلٰى عِبَادِ اللّٰهِ الصّٰلِحِيْنَ، اَشْهَدُ اَنْ لَّا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَاَشْهَدُ اَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهٗ وَرَسُوْلُهٗ

At-taḥiyyātu lillāhi waṣ-ṣalawātu waṭ-ṭayyibāt. As-salāmu ʿalayka ayyuhan-nabiyyu wa raḥmatullāhi wa barakātuh. As-salāmu ʿalaynā wa ʿalā ʿibādillāhiṣ-ṣāliḥīn. Ash-hadu al-lā ilāha illallāhu wa ash-hadu anna Muḥammadan ʿabduhū wa rasūluh

MEANING All greetings, prayers and good words are for Allah. Peace be upon you, O Prophet, and the mercy of Allah and His blessings. Peace be upon us and upon the righteous servants of Allah. I bear witness that there is no god but Allah, and I bear witness that Muhammad is His servant and Messenger.

ترجمہ: تمام قولی، بدنی اور مالی عبادتیں اللہ ہی کے لیے ہیں۔ اے نبی! آپ پر سلام ہو اور اللہ کی رحمت اور اس کی برکتیں۔ ہم پر اور اللہ کے نیک بندوں پر سلام ہو۔ میں گواہی دیتا ہوں کہ اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں، اور میں گواہی دیتا ہوں کہ محمد ﷺ اس کے بندے اور رسول ہیں۔

14 Third and fourth rak'ah تیسری اور چوتھی رکعت

In a 3- or 4-rak'ah fard prayer, stand up after the Tashahhud saying "Allāhu akbar" and recite only al-Fatiha in the remaining rak'at.

تین یا چار رکعت والی فرض نماز میں تشہد کے بعد «اللہ اکبر» کہہ کر کھڑے ہوں اور باقی رکعتوں میں صرف الفاتحہ پڑھیں۔

Practise with a grown-up کسی بڑے کے ساتھ مشق

Pray two rak'at slowly while a parent or teacher watches. Colour a box each day. امی ابو یا استاد کے سامنے آہستہ آہستہ دو رکعت پڑھیں۔ ہر دن ایک خانہ رنگ دیں۔

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School

quranplusschool.com · WhatsApp +92 317 0924964
Book a FREE trial class

15 Last sitting قعدۂ اخیرہ

In the last sitting recite the Tashahhud, then the Durood Ibrahim, then a dua:

آخری قعدے میں تشہد، پھر درودِ ابراہیمی، پھر کوئی دعا پڑھیں:

TASHAHHUD (IBN MAS'UD) تشہد (روایتِ ابن مسعودؓ) — 📖 Sahih al-Bukhari 831

اَلتَّحِيَّاتُ لِلّٰهِ وَالصَّلَوٰتُ وَالطَّيِّبٰتُ، اَلسَّلَامُ عَلَيْكَ اَيُّهَا النَّبِيُّ وَرَحْمَةُ اللّٰهِ وَبَرَكَاتُهٗ، اَلسَّلَامُ عَلَيْنَا وَعَلٰى عِبَادِ اللّٰهِ الصّٰلِحِيْنَ، اَشْهَدُ اَنْ لَّا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَاَشْهَدُ اَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهٗ وَرَسُوْلُهٗ

At-taḥiyyātu lillāhi waṣ-ṣalawātu waṭ-ṭayyibāt. As-salāmu ʿalayka ayyuhan-nabiyyu wa raḥmatullāhi wa barakātuh. As-salāmu ʿalaynā wa ʿalā ʿibādillāhiṣ-ṣāliḥīn. Ash-hadu al-lā ilāha illallāhu wa ash-hadu anna Muḥammadan ʿabduhū wa rasūluh

MEANING All greetings, prayers and good words are for Allah. Peace be upon you, O Prophet, and the mercy of Allah and His blessings. Peace be upon us and upon the righteous servants of Allah. I bear witness that there is no god but Allah, and I bear witness that Muhammad is His servant and Messenger.

ترجمہ: تمام قولی، بدنی اور مالی عبادتیں اللہ ہی کے لیے ہیں۔ اے نبی! آپ پر سلام ہو اور اللہ کی رحمت اور اس کی برکتیں۔ ہم پر اور اللہ کے نیک بندوں پر سلام ہو۔ میں گواہی دیتا ہوں کہ اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں، اور میں گواہی دیتا ہوں کہ محمد ﷺ اس کے بندے اور رسول ہیں۔

DUROOD IBRAHIM درودِ ابراہیمی — 📖 Sahih al-Bukhari 3370

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدٍ وَّعَلٰى آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا صَلَّيْتَ عَلٰى اِبْرَاهِيْمَ وَعَلٰى آلِ اِبْرَاهِيْمَ اِنَّكَ حَمِيْدٌ مَّجِيْدٌ، اَللّٰهُمَّ بَارِكْ عَلٰى مُحَمَّدٍ وَّعَلٰى آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا بَارَكْتَ عَلٰى اِبْرَاهِيْمَ وَعَلٰى آلِ اِبْرَاهِيْمَ اِنَّكَ حَمِيْدٌ مَّجِيْدٌ

Allāhumma ṣalli ʿalā Muḥammadiw-wa ʿalā āli Muḥammadin kamā ṣallayta ʿalā Ibrāhīma wa ʿalā āli Ibrāhīma innaka ḥamīdum-majīd. Allāhumma bārik ʿalā Muḥammadiw-wa ʿalā āli Muḥammadin kamā bārakta ʿalā Ibrāhīma wa ʿalā āli Ibrāhīma innaka ḥamīdum-majīd

MEANING O Allah, send Your mercy upon Muhammad and the family of Muhammad, as You sent it upon Ibrahim and the family of Ibrahim; You are Praiseworthy, Glorious. O Allah, bless Muhammad and the family of Muhammad, as You blessed Ibrahim and the family of Ibrahim; You are Praiseworthy, Glorious.

ترجمہ: اے اللہ! محمد ﷺ اور آلِ محمد پر رحمت نازل فرما جیسے تو نے ابراہیمؑ اور آلِ ابراہیمؑ پر رحمت نازل فرمائی، بے شک تو تعریف کے لائق، بزرگی والا ہے۔ اے اللہ! محمد ﷺ اور آلِ محمد پر برکت نازل فرما جیسے تو نے ابراہیمؑ اور آلِ ابراہیم پر برکت نازل فرمائی، بے شک تو تعریف کے لائق، بزرگی والا ہے۔

Free to print and share for personal & classroom use · ©2026 Quran Plus School

quranplusschool.com · WhatsApp +92 317 0924964
Book a FREE trial class

How to Pray — Hanafi نماز کا طریقہ — حنفی

15 · Last sitting (continued) قعدۂ اخیرہ (جاری)

A DUA BEFORE THE SALAM سلام سے پہلے دعا

📖 Sahih al-Bukhari 6389 · Qur'an 2:201

اَللّٰهُمَّ رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَّفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَّقِنَا عَذَابَ النَّارِ

Allāhumma rabbanā ātinā fid-dunyā ḥasanatan wa fil-ākhirati ḥasanatan wa qinā ʿadhāban-nār

MEANING O Allah, our Lord, give us good in this world and good in the Hereafter, and save us from the punishment of the Fire.

ترجمہ: اے اللہ! اے ہمارے رب! ہمیں دنیا میں بھی بھلائی عطا فرما اور آخرت میں بھی بھلائی عطا فرما، اور ہمیں آگ کے عذاب سے بچا۔

ANOTHER DUA FROM THE QUR'AN قرآن سے ایک اور دعا

📖 Qur'an 14:40–41

رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلٰوةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي ۚ رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَآءِ ۝ رَبَّنَا اغْفِرْ لِي وَلِوَالِدَيَّ وَلِلْمُؤْمِنِينَ يَوْمَ يَقُومُ الْحِسَابُ

Rabbij-ʿalnī muqīmaṣ-ṣalāti wa min dhurriyyatī, rabbanā wa taqabbal duʿāʾ. Rabbanagh-fir lī wa li-wālidayya wa lil-muʾminīna yawma yaqūmul-ḥisāb

MEANING My Lord, make me one who establishes the prayer, and from my children too. Our Lord, accept my prayer. Our Lord, forgive me, my parents and all the believers on the Day the reckoning is established.

ترجمہ: اے میرے رب! مجھے نماز قائم کرنے والا بنا اور میری اولاد میں سے بھی۔ اے ہمارے رب! میری دعا قبول فرما۔ اے ہمارے رب! مجھے، میرے والدین کو اور سب ایمان والوں کو اس دن بخش دے جس دن حساب قائم ہوگا۔

16 Salam سلام

Turn your face to the right, then to the left, saying each time:

پہلے دائیں، پھر بائیں طرف منہ پھیریں اور ہر بار کہیں:

SALAM سلام

📖 Sunan Abi Dawud 996

اَلسَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللّٰهِ

As-salāmu ʿalaykum wa raḥmatullāh

MEANING Peace be upon you and the mercy of Allah.

ترجمہ: آپ پر سلامتی ہو اور اللہ کی رحمت۔

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School

quranplusschool.com · WhatsApp +92 317 0924964
Book a FREE trial class

17 After the prayer نماز کے بعد

After the salam, say: "Astaghfirullāh" 3 times, then the tasbih:

سلام کے بعد تین بار «أستغفر اللہ» کہیں، پھر تسبیح پڑھیں:

AFTER THE PRAYER نماز کے بعد

📖 Sahih Muslim 596

سُبْحَانَ اللّٰهِ ×33

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ ×33

اَللّٰهُ اَكْبَرُ ×34

Subḥānallāh (33×) · Al-ḥamdu lillāh (33×) · Allāhu akbar (34×)

MEANING Glory be to Allah · All praise is for Allah · Allah is the Greatest.

ترجمہ: اللہ پاک ہے · سب تعریف اللہ کے لیے ہے · اللہ سب سے بڑا ہے۔

My prayer times today آج میری نماز کے اوقات

Ask at home or at the masjid and write today's times. گھر یا مسجد سے پوچھ کر آج کے اوقات لکھیں۔

Fajr	Zuhr	Asr	Maghrib	Isha

Words I know by heart مجھے زبانی یاد الفاظ

Write the names of the recitations you can say without looking. ان اذکار کے نام لکھیں جو آپ بغیر دیکھے پڑھ سکتے ہیں۔

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School

quranplusschool.com · WhatsApp +92 317 0924964

Book a FREE trial class

Witr and Qunut

◆ Schools differ

وتر اور قنوت

Witr is wajib: 3 rak'at with one salam, sitting for the Tashahhud after the 2nd. In the 3rd rak'ah, after the surah, say "Allāhu akbar" raising the hands to the ears, fold them again and recite Dua al-Qunut, then go into ruku'.

وتر واجب ہے: تین رکعتیں ایک سلام کے ساتھ، دوسری رکعت کے بعد تشہد کے لیے بیٹھیں۔ تیسری رکعت میں سورت کے بعد کانوں تک ہاتھ اٹھا کر «اللہ اکبر» کہیں، دوبارہ ہاتھ باندھیں اور دعائے قنوت پڑھیں، پھر رکوع کریں۔

DUA AL-QUNUT دعائے قنوت

📖 Narrated from 'Umar (RA) — al-Bayhaqi, al-Sunan al-Kubra; Ibn Abi Shaybah

اَللّٰهُمَّ اِنَّا نَسْتَعِيْنُکَ وَنَسْتَغْفِرُکَ وَنُؤْمِنُ بِکَ وَنَتَوَکَّلُ عَلَيْکَ وَنُثْنِيْ عَلَيْکَ الْخَيْرَ وَنَشْکُرُکَ وَلَا نَکْفُرُکَ وَنَخْلَعُ وَنَتْرُکُ مَنْ يَّفْجُرُکَ، اَللّٰهُمَّ اِيَّاکَ نَعْبُدُ وَلَکَ نُصَلِّيْ وَنَسْجُدُ وَاِلَيْکَ نَسْعٰى وَنَحْفِدُ وَنَرْجُوْ رَحْمَتَکَ وَنَخْشٰى عَذَابَکَ اِنَّ عَذَابَکَ بِالْکُفَّارِ مُلْحِقٌ

Allāhumma innā nasta'īnuka wa nastaghfiruka wa nu'minu bika wa natawakkalu 'alayka wa nuthnī 'alaykal-khayr, wa nashkuruka wa lā nakfuruka, wa nakhla'u wa natruku may-yafjuruk. Allāhumma iyyāka na'budu wa laka nuṣallī wa nasjud, wa ilayka nas'ā wa naḥfid, wa narjū raḥmataka wa nakhshā 'adhābak, inna 'adhābaka bil-kuffāri mulḥiq

MEANING O Allah, we ask You for help and forgiveness, we believe in You, rely on You and praise You with all good; we thank You and are not ungrateful to You, and we leave whoever disobeys You. O Allah, You alone we worship, to You we pray and prostrate, to You we hurry and serve; we hope for Your mercy and fear Your punishment — surely Your punishment will reach the disbelievers.

ترجمہ: اے اللہ! ہم تجھ سے مدد مانگتے ہیں، تجھ سے بخشش چاہتے ہیں، تجھ پر ایمان لاتے ہیں، تجھ پر بھروسہ کرتے ہیں، تیری بہترین تعریف کرتے ہیں، تیرا شکر کرتے ہیں اور ناشکری نہیں کرتے، اور جو تیری نافرمانی کرے اس سے الگ ہوتے اور اسے چھوڑ دیتے ہیں۔ اے اللہ! ہم تیری ہی عبادت کرتے ہیں، تیرے ہی لیے نماز پڑھتے اور سجدہ کرتے ہیں، تیری ہی طرف دوڑتے اور تیری خدمت کے لیے حاضر ہوتے ہیں، تیری رحمت کی امید رکھتے ہیں اور تیرے عذاب سے ڈرتے ہیں، بے شک تیرا عذاب کافروں کو پہنچنے والا ہے۔

All five, on time

پانچوں، وقت پر

Colour a box each day you pray all five prayers on time. جس دن پانچوں نمازیں وقت پر پڑھیں، ایک خانہ رنگ دیں۔

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School

quranplusschool.com · WhatsApp +92 317 0924964
Book a FREE trial class

My prayer tracker

میری نماز کا ٹریکر

Colour a circle for every prayer you pray on time.

Week 1

	Fajr	Zuhr	Asr	Maghrib	Isha
Mon	○	○	○	○	○
Tue	○	○	○	○	○
Wed	○	○	○	○	○
Thu	○	○	○	○	○
Fri	○	○	○	○	○
Sat	○	○	○	○	○
Sun	○	○	○	○	○

Week 2

	Fajr	Zuhr	Asr	Maghrib	Isha
Mon	○	○	○	○	○
Tue	○	○	○	○	○
Wed	○	○	○	○	○
Thu	○	○	○	○	○
Fri	○	○	○	○	○
Sat	○	○	○	○	○
Sun	○	○	○	○	○

I know these by heart

مجھے یہ زبانی یاد ہیں

- ☐ Thana — opening praise
  ثنا
- ☐ Ta'awwudh
  تعوذ
- ☐ Bismillah
  تسمیہ
- ☐ Surah al-Fatiha
  سورۃ الفاتحہ
- ☐ A short surah — al-Ikhlas
  ایک چھوٹی سورت — الاخلاص
- ☐ Ruku' tasbih
  رکوع کی تسبیح
- ☐ Rising from ruku
  رکوع سے اٹھتے ہوئے
- ☐ Praise after rising
  قومہ کی تحمید
- ☐ Sajdah tasbih
  سجدے کی تسبیح
- ☐ Tashahhud (Ibn Mas'ud)
  تشہد (روایتِ ابن مسعودؓ)
- ☐ Durood Ibrahim
  درودِ ابراہیمی
- ☐ A dua before the salam
  سلام سے پہلے دعا
- ☐ Another dua from the Qur'an
  قرآن سے ایک اور دعا
- ☐ Salam
  سلام
- ☐ After the prayer
  نماز کے بعد
- ☐ Dua al-Qunut
  دعائے قنوت

Teacher's signature · استاد کے دستخط

Parent's signature · والدین کے دستخط

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School

Certificate of Achievement

سندِ کامیابی

رَبِّ اجْعَلْنِیْ مُقِیْمَ الصَّلٰوةِ

This certificate is proudly presented to

for learning how to pray, step by step — Ma sha Allah!

نماز کا طریقہ قدم بہ قدم سیکھنے پر — ماشاء اللہ!

Hanafi · حنفی

★ ★ ★ ★ ★

Date · تاریخ

Teacher / Parent · والدین / استاد

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School

quranplusschool.com · WhatsApp +92 317 0924964

Book a FREE trial class