Conversation 2

A: I have put on weight recently. I don't know what to do.

- B: What have you done to lose weight so far?
- A: I have tried many different diets. But they didn't work.
- B: That's the point. Have you done daily workouts?
- A: No, I haven't. I don't have time for workouts.
- B: Let me show you some easy moves. First, you need to....

A: من جديداً وزنم زياد شده است. نمي دانم بايد چه كار كنم.

(قسمت listening درس دوم)

B: تا به حال برای کم کردن وزن چه کاری انجام دادهای؟

A: من چندین رژیم مختلف را امتحان کردهام. اما آنها اثری نداشتند.

B: نكته همين است. آيا ورزشهاي روزانه انجام دادهاي؟

A: خیر، انجام ندادهام. من وقت برای ورزش ندارم.

B: اجازه بده چند حرکت ساده به شما نشان دهم. اول باید......

مثال

(سارات - اصفهان - فررارا۱۱۰)

با توجه به مكالمه بالا جملات زير را كامل كنيد.

1. Farideh has decided to

2. She doesn't have time to

(شهید بابایی - قزوین - فرداد۱٤۰۰)

با توجه به مكالمه بالا پاسخ صحيح را انتخاب كنيد.

3. Farideh wants to put on weight.

a) True b) False

4. She has tried some worksout so far.

a) True b) False

5. She hasn't been successful to lose her weight.

a) True b) False

6. She hasn't done daily exercise because she doesn't

a) like it

b) need it

c) have time

پاسح

- 1. lose weight : فریده تصمیم گرفته است که وزن کم کند.
 - (do) workouts -2: او وقت ندارد تا ورزش کند.
 - 3. (b=false): فريده ميخواهد چاق شود.
- 4. (b=false): او تا به حال بعضي ورزشها را امتحان كرده است.
 - a= true): او در وزن کم کردن موفق نبوده است.
 - 6. (c): او ورزش روزانه انجام نمی دهد زیرا وقت ندارد.

What you learned

(صفحه پایانی درس دوم)

Making just a few changes in people's lifestyle can help them live longer. Research shows that three bad habits have risked people's health in recent years. They are: smoking, not exercising, and not eating enough fruits and vegetables. While at first it seems easy, many people have found changing these things very difficult

ترجمه

انجام چند تغییر کوچک در سبک زندگی مردم میتواند به آنها کمک کند تا طولانی تر زندگی کنند. تحقیقات نشان میدهد که در سالهای اخیر سه عادت بد سلامتی افراد را به خطر انداخته است. آنها عبارتند از: استعمال دخانیات، ورزش نکردن، و میوه و سبزیجات کافی نخوردن. اگرچه در وهله اول ساده به نظر میرسد، (اما) خیلی از افراد پی بردهاند که تغییر دادن این چیزها خیلی مشکل است.

مثال

(*تا*لیفی)

جاهای خالی را با کلماتی که میشنوید کامل کنید:

- 1. By making a fewin our lifestyle, we can live
- 2. Smoking is a bad
- 4. A good habit to live longer is eatingandand

بإسخ

- changes / longer . 1: با تغییرات کمی در سبک زندگی خودمان، ما میتوانیم طولانی تر زندگی کنیم.
 - 2. habit: استعمال دخانیات عادت بدی است.
 - 3- very) difficult): بر طبق صدا، ترک سیگار و شروع به انجام ورزش (بسیار) سخت است.
 - است. fruits / vegetables: یک عادت خوب برای زندگی طولانی تر خوردن میوهها و سبزیجات است.

بخش چهارم: Writing

Gerunds

کاربرد اسم مصدر = (ing + فعل) ۱: در اول جمله به عنوان فاعل

Walking is useful for every one.

Playing is a process that children learn skills.

پیاده روی برای همه مفید است.

بازی (کردن)فرایندی است که کودکان مهارتها را می آموزند.

🦋 اسم مصدر همواره مفرد است و باید با فعل مفرد بیاید. به دو جمله بالا توجه کنید. هر دو با فعل is آمده است.

Reading different English books helps us learn English better.

خواندن کتابهای مختلف انگلیسی به ما کمک میکند تا انگلیسی را بهتر یاد بگیریم.

همانطور که در جمله بالا مشاهده میکنید، با اینکه قبل از فعل اسم جمع books آمده، فعل جمله s مفرد گرفته است. زیرا فاعل جمله (reading.....) است.

🐠 اگر دو اسم مصدر به عنوان فاعل با هم بیایند، آنگاه باید فعل جمع به کار برد.

Boxing and swimming are my favourite sports.

بوکس و شنا ورزشهای مورد علاقه من هستند.

۲: بعد از افعال زیر، به عنوان مفعول

| enjoy | لذت بردن | finish | تمام كردن | quit | رها کردن/ ترک کردن |
|---------|-----------------|----------|--------------------|---------|--------------------|
| imagine | تصور کردن | practice | تمرین کردن | stop | متوقف کردن(کاری) |
| love | عاشق(کاری) بودن | like | دوست داشتن | hate | متنفر بودن |
| dislike | دوست نداشتن | give up | رها کردن/ ترک کردن | keep on | ادامه دادن |

Do you enjoy listening to music?

آیا از گوش دادن به موسیقی لذت میبرید؟

Can you imagine living without clean air and water?

آیا می توانید زندگی بدون هوا و آب پاک را تصور کنید؟

": بعد از حروف اضافه (از قبيل in , on , after , for, with, without **و.....**

Samira is interested in playing the Piano.

سميرا علاقهمند به نواختن پيانو است.

Some of the students were punished for being late.

تعدادی از دانش آموزان به خاطر دیر کردن تنبیه شدند.

۴:در ترکیباتی که با فعل go به کار میرود

go fishing go skating go sailing go skiing go jogging go running

go swimming go shopping

۵: **در تابلوهای هشدار از ترکیب (No + verb +ing)**

No smoking / No parking / No fishing / No diving /

مثال

فرم صحیح افعال داخل پرانتز را در نقطه چین بنویسید.

1. I finishedthe story book in 3 hours.(to read)

2. Everybody knows that...... (to say) "Hello" is a good way of(to start) a conversation.

(سرای دانش / تهران ۲۴ / فرداد ۱۴۰۱)

3. The "....." sign shows it is forbidden to park here.(not to park).

(تالیفی) د م

reading: من خواندن کتاب داستان را درعرض سه ساعت تمام کردم.
توجه: finish جزو افعالی است که فعل بعد از آن به همراه ing می آید. (جدول درسنامه)

2. saying / starting: هر كسى مىداند كه سلام كردن روش خوبى براى آغاز(كردن) يك مكالمه است.

کلته: این جمله یک جمله مرکب است که از دو جمله ساده " everybody knows" و "saying Hello is" تشکیل شده است. فعل say می خواهد به عنوان فاعل جمله دوم بیاید. پس باید به اسم مصدر تبدیل گردد. یعنی باید ing بگیرد.

در بخش دوم جمله، از آنجایی که میخواهیم بعد از حرف اضافه of فعل به کار ببریم، پس باید ing اضافه کنیم تا به اسم مصدر تبدیل گردد.

ono parking .3: تابلوی» پارک ممنوع» نشان میدهد که پارک کردن در اینجا ممنوع است.

مثال

با توجه به تصاویر به سوالات زیر پاسخ دهید.





4. What is Pooneh interested in?

5. What does this sign show?

(فرهنگ - تهران - فردار ۱۴۰۱)



ياسخ

4. She is interested in eating apples (fruits).

5. It shows "NO FISHING" or "Fishing is forbidden."

او علاقه مند به خوردن سیب(میوه) است. نشان می دهد که ماهیگیری ممنوع است.

بخش پنجم: Reading Comprehension

در درس اول گفته شد:

۱- صورت سوالات را به سرعت بخوانید ۲- متن را به سرعت ، بدون درگیر شدن با لغات ناآشنا، بخوانید ۳- به سوالات بازگشته و پاسخها را بیابید. موارد زیر در درک بهتر سوالات درک مطلب مفید است:

| What | چه چیزی | Which one | کدام یک |
|-----------|-----------------------------|-----------|-----------|
| How | چگونه | When | چه وقت |
| How often | چقدر / چند وقت / به چند وقت | Where | کجا |
| How long | چه مدت | Who | چه کسی |
| How far | چه فاصله ای | Why | چرا |
| How many | چند تا | Whom | چه کسی را |
| How much | چه مقدار | Whose | چه کسی |

۵- اگر معنی کلمه و یا عباراتی را در بدنه سوال نمی دانستید نگران نباشید و سعی کنید همان کلمات را در بدنه متن پیدا کنید. شاید همان جمله و یا جملات یاسخ سوال شما باشد.

Healthy food is good for you. You need it for shiny and strong bones. You need it so that you can grow tall and feel good. The best part about healthy food is that is tasty. You can find grains in bread and rice. You should eat four servings of grains every day. Milk, cheese, and yogurt are also important. These will give you strong bones. Meat, beans, fish and nuts give your body iron and protein. You can also eat an egg or some peanut butter to help keep your body healthy. Fruit and vegetables are good to eat. Eat many kinds each day. Chips and cookies are tasty, but try to eat rarely. When you eat healthy food, your body will thank you! But don't forget to exercise. "A healthy diet" without exercise doesn't have enough influence on you.

| Web a | فرزانگان-مریوان-دی ا۱۶۱) |) | یاسخ دهید. | بالا را خوانده و به سوالات آن | متن د | | |
|-------|---------------------------------------|---|--|-------------------------------|-------|--|--|
| مثال | | or a healthy diet besides healthy food? | | | . • | | |
| | 2. Which foods have a le | ot of iron? | | | | | |
| | 3. How many servings o | f grain is enough in a day? | | | | | |
| | 4. You should eat | each week. | | | | | |
| | a) one kind of frui | t and vegetable | b) many kinks of cookies and chips | | | | |
| | c) many kinds of vegetables and fruit | | d) nothing but cookies | | | | |
| | 5. Healthy food will make you | | | | | | |
| | a) tasty | b) fat | c) unhealthy | d) strong | | | |
| | | | | Č | پاسخ | | |
| | 1. (Doing)exercise is in | nportant. | (انجام) ورزش مهم است. (خط آخر متن) گوشت، لوبیا، ماهی و آجیل آهن فراوان دارد. (خط ۳) چهار واحد غلات در روز کافی است. (خط ۲) | | | | |
| | 2. Meat, bean, fish an | d nuts have a lot of iron. | | | | | |
| | 3. Four serving of grai | ns is enough in a day. | | | | | |

شما باید هر هفته انواع زیادی از سبزیجات و میوه بخورید. (انتهای خط ۴ و ابتدای خط ۵)

غذای سالم شما را قوی مینماید.

4. (c)

5. (d)

16. Daily exercise can p - - - - diseases.

آرمون درس دوم

A:Vocabulary با كلمات داده شده جملات زير را كامل كنيد. (يك كلمه اضافي است.) relationship / addiction / increased / diet / prevented / 1. You need to have different vitamins in your 2. I tried to have a goodwith my friends. 3. A stormthe plane to take off. 4. Using something over and over again can be a sign of to it. برای هر کدام از تابلوها یک جمله مناسب پیدا کنید. (یک جمله اضافی است.) ١ 6. (a) We need a lot of vegetables in our diet. b) Smoking is a bad habit some people have. c) One serving of rice is enough for me. d) We should check our weight and height monthly. e) He has a bad eating habit. ١ برای هر تعریف ازستون A یک کلمه از ستون B انتخاب کنید. (در ستون B یک کلمه اضافی است) ha. however 9. without worry (b. translator 10. not physical (占 c. calm 11. happening or starting a short time ago(d. mental 12. a person who changes one language into another one(e. recently ١ ۴. گزینه مناسب را انتخاب کنید. 13. Samira cut her finger with a knife. She has lost a lot of b) weight c) net d) blood 14. My mothermy sister and me properly when my father was in mission. a) took care of c) checked in d) looked for b) gave up با اطلاعات خود جملات زیر را کامل کنید. (حرف اول آمده و تعداد حروف مورد نیاز با خط تیره نشان داده شده است) 15. Most people believe that music decreases stress and makes us c - - - .