

— Conversation گفت و گو

**Sina and Behzad are old friends. They have not seen each other for about three months. Behzad has called Sina.**

سینا و بهزاد دوستان قدیمی هستند. آنها حدود سه ماه یکدیگر را ندیده‌اند. بهزاد با سینا تماس گرفته است.

**Behzad: Hi Sina. How is it going? I haven't seen you since Norooz.**

معنی: بهزاد: سلام سینا. اوضاع چطور است؟ تو را از نوروز ندیده‌ام.

**Sina: Hi Behzad. Thanks for calling. I am home most of the time. I do different things like surfing the net and playing computer games.**

معنی: سینا: سلام بهزاد. ممنون از تماس. من بیشتر وقت‌ها خانه‌ام. من کارهای مختلفی مانند جست‌وجو در اینترنت و بازی کردن با بازی‌های کامپیوتری می‌کنم.

**Behzad: How about your free time? Going out, jogging, playing football,...?**

معنی: بهزاد: اوقات فراغت چطور؟ بیرون رفتن، آهسته دویدن، فوتبال بازی کردن، ....؟

**Sina: Nope. I rarely go out and hang out with my friends.**

معنی: سینا: نه من به ندرت بیرون می‌روم و با دوستانم وقت می‌گذرانم.

**Behzad: I see. Reza and I are going to Darband for climbing and walking this Thursday. We really like to see you. Will you come with us?**

معنی: بهزاد: متوجه هستم. من و رضا این پنجشنبه برای کوهنوردی و پیاده‌روی به دربند می‌رویم. ما خیلی دوست داریم تو را ببینیم. آیا با ما می‌آیی؟

**Sina: What?! Oh, no, I haven't been there for a long time. I prefer to stay home and watch my movies on the weekend. I've bought lots of things to eat, too.**

معنی: سینا: چی؟ اوه. نه، من مدت زیادی است که آنجا نبوده‌ام. من ترجیح می‌دهم آخر هفته خانه بمانم و فیلم‌هایم را تماشا کنم. همچنین چیزهای زیادی برای خوردن خریده‌ام.

**Behzad: Come on! Stop being a couch potato! I guess you haven't exercised for a long time. I think you are a bit fat now.**

معنی: بهزاد: بی‌خیال! از اینکه یک آدم معتاد به تلویزیون باشی دست بردار! من حدس می‌زنم زمان زیادی است که ورزش نکرده‌ای. فکر کنم الان کمی چاق هستی.

جواب صفحه ۵۴ درس دوم زبان یازدهم

**Sina: Um... actually, you're right. I've gained five kilos in three months. I really do not like to move!**

**معنی:** سینا: مم... در واقع تو راست می‌گویی. در سه ماه، پنج کیلو اضافه کرده‌ام. واقعا دوست ندارم حرکت کنم.

**Behzad: See? I told you. Working with computers for a long time makes people sick and depressed. I've read about this somewhere.**

**معنی:** بهزاد: دیدی؟ من بهت گفتم. کار با کامپیوترها برای مدت زیاد افراد را بیمار و افسرده می‌کند. من جایی درباره این خوانده‌ام.

**Sina: All right. You won!... When and where should we meet?**

**معنی:** سینا: باشد، تو بردی!... کی و کجا باید همدیگر را ملاقات کنیم؟

→ **Questions** سوالات

**Answer the following questions orally.**

سوالات زیر را شفاهی پاسخ دهید

**1- What does Sina do at home?**

1- سینا در خانه چه کار می‌کند؟

He does different things like surfing the net and playing computer games.

**2- Is Sina a sportsperson?**

2- آیا سینا ورزشکار است؟

No, he isn't

**3- What is your favorite sport?**

3- ورزش مورد علاقه شما چیست؟

My favorite sport is football.

معنی صفحه ۵۵ درس دوم زبان یازدهم

— **New Words & Expressions** کلمات و عبارات جدید

**A. Look, Read and Practice.**

نگاه کنید، بخوانید و تمرین کنید

**Eating vegetables is an important part of a healthy diet.**

معنی: خوردن سبزیجات یک بخش مهم رژیم غذایی سالم است

**The doctor is listening to my grandfather's heartbeat.**

معنی: دکتر در حال گوش دادن به ضربان قلب پدربزرگم است

**My uncle has high blood pressure.**

معنی: عمو (دایی) من فشار خون بالا دارد

**My sister measures herself every month..**

معنی: خواهر من هر ماه خود را اندازه‌گیری می‌کند

معنی صفحه ۵۶ درس دوم زبان یازدهم

**Our neighbor had a heart attack yesterday**

معنی: همسایه ما دیروز یک حمله قلبی داشت

**One serving of rice is not enough for them.**

معنی: یک پرس برنج برای آنها کافی نیست

**Smoking is harmful to everyone.**

معنی: سیگار کشیدن برای همه مضر است

**Arash has a bad eating habit.**

معنی: آرش عادت غذایی بدی دارد

**Today, addiction to technology is a big problem.**

معنی: امروزه، اعتیاد به فناوری مشکل بزرگی است

معنی صفحه ۵۷ درس دوم زبان یازدهم

**B. Read and Practice.**

بخوانید و تمرین کنید.

**physical: relating to the body; Swimming is a physical sport.**

جسمانی: وابسته به بدن؛ شنا یک ورزش جسمانی است.

**calm: without worry; My teacher has a very calm manner.**

آرام: بدون نگرانی؛ معلم من رفتار بسیار آرامی دارد.

**balanced: with all parts existing in the correct amounts; A balanced diet contains lots of fruits and green vegetables.**

متعادل (متوازن): با تمام قسمت‌های موجود در مقادیر صحیح؛ یک رژیم متعادل شامل میوه‌ها و سبزیجات فراوانی است.

**recent: happening or starting a short time ago; The price of bananas has increased in recent weeks.**

تازه (اخیر): رخ دادن یا شروع شدن در زمان کمی قبل‌تر؛ قیمت موزها در هفته‌های اخیر افزایش یافته است.

**emotional: relating to the emotions; Her doctor said the problem was more emotional than physical.**

احساسی: وابسته با احساسات؛ دکتر او گفت مشکل بیشتر احساسی بود تا جسمانی.

**prevent: to stop something from happening; Daily exercise can prevent diseases.**

جلوگیری کردن: مانع رخداد چیزی شدن؛ تمرین‌های روزانه می‌تواند از بیماری‌ها جلوگیری کند.

**relationship: the way in which two or more people feel and behave towards each other.**

**She has a very good relationship with her aunt.**

خویشاوندی (رابطه): روندی که در آن دو فرد یا افراد بیشتری نسبت به هم احساس و با یکدیگر تعامل دارند؛ او رابطه بسیار خوبی با عمه‌اش دارد.

### جواب صفحه ۵۸ درس دوم زبان یازدهم

#### Reading

→ **Having a Healthier and Longer Life** داشتن زندگی سالم‌تر و طولانی‌تر

**Have you ever thought of a healthy lifestyle to live longer? People can do many things to have a healthier life. Most people have a special diet or do lots of exercise; however, without a careful plan they may hurt themselves.**

**معنی:** آیا شما تا به حال به یک سبک زندگی سالم برای اینکه طولانی‌تر زندگی کنید فکر کرده‌اید؟ مردم می‌توانند کارهای زیادی برای داشتن یک زندگی سالم‌تر انجام دهند. بیشتر مردم رژیم خاصی دارند یا تمرین‌های زیادی انجام می‌دهند؛ هرچند بدون یک برنامه دقیق، آنها ممکن است به خودشان آسیب برسانند.

**To have a healthier lifestyle, people need to do certain things. First they should check their general health. Measuring blood pressure and heartbeat is the most important thing to do. They also need to check their family health history. In this way, they understand if anyone in the family has had a special illness.**

**معنی:** برای داشتن یک سبک زندگی سالم‌تر، مردم نیاز به انجام کارهای مشخصی دارند. در ابتدا آنها باید سلامت عمومی‌شان را چک کنند. اندازه‌گیری فشار خون و ضربان قلب مهم‌ترین چیز برای انجام دادن است. آنها همچنین نیاز

دارند که سابقه سلامتی خانواده‌شان را چک کنند. به این طریق، اگر کسی که در خانواده بیماری خاصی داشته باشد، آنها متوجه می‌شوند.

**Another thing is paying attention to physical health. For example, eating healthy food helps people live longer and prevents diseases. Eating junk food makes people gain weight, and increases the risk of heart attack. Eating balanced servings of bread, vegetables, fruits, protein, and oil is necessary for everyone. Also, daily exercises improve people's health condition.**

**معنی:** کار دیگر، توجه کردن به سلامت جسمی است. برای مثال، خوردن غذای سالم به افراد کمک می‌کند که بیشتر زندگی کنند و از بیماری‌ها جلوگیری می‌کند. خوردن تنقلات باعث می‌شود افراد وزن اضافه کنند و خطر حمله قلبی را افزایش می‌دهد. خوردن وعده‌های متوازن نان، سبزیجات، میوه‌ها، پروتئین و روغن برای همه لازم است. همچنین تمرین‌های روزانه وضعیت سلامت افراد را بهبود می‌بخشد.

**An effective way to enjoy a better lifestyle is having healthy relationships with others. Recent research has shown that a good social life decreases the risk of death. Sadly, some people do not visit their relatives very often these days. They are really busy with their work and usually use technology to communicate.**

**معنی:** یک روش مؤثر برای لذت بردن از یک سبک زندگی بهتر، داشتن روابط سالم با دیگران است. تحقیقات اخیر نشان داده است که یک زندگی اجتماعی خوب خطر مرگ را کاهش می‌دهد. متأسفانه، این روزها برخی افراد اقوامشان را بیشتر مواقع ملاقات نمی‌کنند. آنها واقعاً مشغول کارشان هستند و معمولاً برای ارتباط برقرار کردن از فناوری استفاده می‌کنند.

#### **معنی صفحه ۵۹ درس دوم زبان یازدهم**

**Bad habits and addiction can be harmful to health. One day of smoking can take around 5 hours away from the smoker's life. Addiction to technology such as using computers for a long time is also dangerous.**

**معنی:** عادت‌های بد و اعتیاد می‌تواند برای سلامتی مضر باشد. یک روز سیگار کشیدن می‌تواند تقریباً پنج ساعت از عمر فرد سیگاری را کم کند. اعتیاد به فناوری مانند استفاده طولانی مدت از کامپیوترها نیز خطرناک است.

**Above all, the most important thing to enjoy a good life is having emotional health. Praying decreases stress and gives people a calm and balanced life. People with this lifestyle have had a better life.**

**معنی:** مخصوصاً، مهم‌ترین چیز برای لذت بردن از یک زندگی خوب، داشتن سلامت احساسی است. عبادت، استرس را کاهش می‌دهد و به افراد یک زندگی آرام و متعادل می‌دهد. افراد با این سبک زندگی، زندگی بهتری داشته‌اند.

**There are many other things people can do to live healthier and longer. The key point, however, is having a plan for the way they want to live and take care of their physical and emotional health.**

**معنی:** کارهای زیاد دیگری وجود دارد که مردم می‌توانند انجام دهند تا سالم‌تر و طولانی‌تر زندگی کنند. به هر حال نکته کلیدی داشتن یک برنامه برای شیوه‌ای که آنها می‌خواهند زندگی کنند و مراقبت از سلامت جسمانی و احساسی‌شان است

– Reading Strategy (Skimming) استراتژی خواندن

**You can skim a passage to identify the topic and understand the writer's main idea, or message. When you skim, you can also predict and guess what the reading is about. Skimming a passage before you fully and carefully read it can help you understand it better. Follow these steps to skim:**

شما می‌توانید یک متن را به صورت سری سرسری بخوانید تا موضوع و اصلی‌ترین ایده نویسنده را شناسایی کنید. وقتی شما سرسری متن را می‌خوانید، می‌توانید همچنین پیش‌بینی کنید و حدس بزنید که متن درباره چیست. سرسری خواندن یک متن قبل از خواندن دقیق و کامل آن می‌تواند به شما در درک بهتر آن کمک کند. برای سرسری خواندن، این مراحل را دنبال کنید:

**– Read the title.**

عنوان را بخوانید.

**– Look at photos.**

تصاویر را ببینید.

**– Read the first and the last lines of each paragraph.**

اولین و آخرین خط هر پاراگراف را بخوانید.

**– Read quickly. Don't read every word. Details are not important.**

به سرعت بخوانید. هر کلمه را نخوانید. جزئیات مهم نیستند.

**– Find and write the main idea.**

ایده اصلی را پیدا کرده و بنویسید.

**To identify the topic of a passage, ask: What is the passage about?**

برای شناسایی موضوع یک متن، پرسید: این متن درباره چیست؟

**To identify the main idea of a passage, ask yourself: What are the most important things the writer says about the topic?**

برای شناسایی اصلی‌ترین ایده یک متن، از خودتان پرسید: نویسنده درباره موضوع چه چیزهای مهمی می‌گوید؟

**A. Read the following sentences. Find each idea in the Reading and then write the number of the paragraph that discusses it.**

جملات زیر را بخوانید. هر ایده را در Reading پیدا کنید و سپس شماره پاراگراف مورد بحث را بنویسید.

**– Having a healthy relationship with others makes our lives better. Paragraph 3.**

داشتن روابط سالم با دیگران زندگی ما را بهتر می‌کند

**– Addiction is a harmful habit. Paragraph 4.**

اعتیاد یک عادت مضر است.

**– Paying attention to our food is necessary for our physical health. Paragraph 2.**

برای داشتن سلامت بدنی، توجه به غذایمان ضروری است.

**B. Skim the Reading. Circle the main idea**

متن را به صورت سرسری بخوانید و اصلی‌ترین ایده را با دایره قرمز مشخص کنید

**a) Smoking is harmful to health.**

سیگار کشیدن برای سلامتی مضر است.

**b) Having a healthy and long life needs a careful plan.**

داشتن یک زندگی سالم و طولانی نیاز به برنامه‌ریزی دقیق دارد.

**c) Praying gives people a healthy life.**

دعا کردن به مردم یک زندگی سالم می‌دهد.

**C. Scan the Reading to find the following information.**

برای پیدا کردن اطلاعات زیر، متن را بررسی کنید.

**a) What increases the risk of heart attack?**

چه چیزی خطر حمله قلبی را افزایش می‌دهد؟

Eating junk food makes people gain weight, and increases the risk of heart attack.

**b) How can we check our general health?**

چگونه سلامت عمومی خود را بررسی کنیم؟

You can check your general health with measuring blood pressure and heartbeat.

**c) What is the most important factor to have a healthier life?**

مهم‌ترین عامل برای داشتن زندگی سالم‌تر چیست؟

The most important factor for having a healthier life is emotional health.

**A. Read the following words. Circle the prefixes:**

کلمات زیر را بخوانید و پیشوندهای آنها را با دایره مشخص کنید



**B. Read the following words. Circle the suffixes:**

کلمات زیر را بخوانید و پسوندهای آنها را با دایره مشخص کنید



**C. Read the fourth paragraph of the Reading and find five suffixes:**

پاراگراف چهارم متن را بخوانید و پنج پسوند را پیدا کنید

effective / healthy / sadly / really / usually

**D. Look at the nouns. Their adjective forms are given in the Reading. Find them.**

به اسمها نگاه کنید. فرم صفتی آنها در متن داده شده است. آنها را پیدا کنید

Adjective form	Noun
careful (par. 1)	<b>1- care</b>
healthy (par. 4)	<b>2- health</b>
dangerous (par. 5)	<b>3- danger</b>
emotional (par. 6)	<b>4- emotion</b>



**A. Read the following texts.**

متن های زیر را بخوانید.

**Technology has influenced the lives of people in this century. Working with computers and mobile phones has changed people's habits and lifestyles. Some people use their laptops and especially their mobile phones everywhere for no good reason. Some of them have not read a book for months. Some have not visited their relatives for a long time. Some even have not slept well or have not eaten properly for a long time. Some of these people have quit good habits like doing daily exercises or attending social events. They have chosen an unhealthy lifestyle. To live longer, they need to rethink the way they live, work, and use technology.**

فناوری زندگی مردم را در این قرن تحت تأثیر قرار داده است. کار با کامپیوترها و تلفن های همراه عادات مردم و سبک زندگی آنها را تغییر داده است. بعضی از مردم همه جا از لپتاپ ها و مخصوصاً گوشی های همراهشان بدون هیچ دلیل خوبی استفاده می کنند. بعضی از آنها برای ماه ها کتاب نخوانده اند. بعضی ها اقوامشان را مدت طولانی ندیده اند. بعضی ها حتی به خوبی نخوابیده اند یا برای مدت طولانی به طور درست غذا نخورده اند. بعضی از این مردم عادات خوب مثل تمرین روزانه یا شرکت در رویدادهای اجتماعی را ترک کرده اند. آنها سبک زندگی ناسالمی را انتخاب کرده اند. برای طولانی تر زندگی کردن، آنها لازم است در شیوه ای که زندگی می کنند، کار می کنند و از فناوری استفاده می کنند. تجدید نظر کنند.

**Technology has helped the researchers and scientists of our time. New medicines and medical inventions have saved the lives of many people. They have let people have a happy life and live longer. New medicines such as anti-cancer drugs and new antibiotics have cured many patients. Some technological inventions have helped doctors to check people's health condition. They have found keys to the secrets of the human body. New technologies have helped doctors to understand how diseases develop. They have found ways to fight and stop diseases in their early stages. Technology, as some people may think, is not a bad thing at all. The way we use technology, is important.**

فناوری به محققان و دانشمندان عصر ما کمک کرده است. داروهای جدید و اختراعات پزشکی، زندگی افراد بسیاری را نجات داده است. آنها به مردم امکان داده اند که زندگی شادی داشته باشند و طولانی تر زندگی کنند. داروهای جدید مانند داروهای ضد سرطان و آنتی بیوتیک های جدید، بیماران زیادی را درمان کرده است. بعضی از اختراعات فنی به پزشک ها کمک کرده است که وضعیت سلامت افراد را چک کنند. آنها راه هایی برای اسرار بدن انسان پیدا کرده اند. فناوری های جدید به پزشک ها کمک کرده است که بفهمند بیماری ها چگونه شیوع می یابند. آنها راه هایی را برای مقابله و توقف بیماری ها در مراحل نخست آنها پیدا کرده اند. فناوری، همان طور که بعضی از افراد فکر می کنند، هرگز چیز بدی نیست. شیوه استفاده ما از فناوری مهم است.

**C. Tell your teacher how 'present perfect tense' is made.**

به معلم خود بگویید چگونه "زمان حال کامل" ساخته می شود.

در زبان انگلیسی، زمان حال به دو صورت ساده و پیوسته ساخته می شود.

**زمان حال ساده (Present Simple):** برای ساخت زمان حال ساده، فعل به شکل ساده (base form) بکار می رود. برای سوم شخص مفرد، به فعل شکل سوم شخص مفرد (s/es) اضافه می شود. به عنوان مثال:

• من هر روز به دانشگاه می روم. (I go to university every day.)

• او هر روز به دانشگاه می رود. (He goes to university every day.)

**زمان حال پیوسته (Present Continuous):** برای ساخت زمان حال پیوسته، از فعل "to be" به شکل حال حاضر (am/is/are) و فعل اصلی به شکل ing استفاده می شود. به عنوان مثال:

• من در حال خواندن کتاب هستم. (I am reading a book.)

• او در حال نوشتن یک نامه است. (He is writing a letter.)

**D. Read the Conversation and underline all 'present perfect verbs'.**

مکالمه را بخوانید و زیر تمام «افعال کامل فعلی» خط بکشید.

have thought, has shown, have had

**E. Read the following paragraph and choose the best verb forms.**

پاراگراف زیر را بخوانید و بهترین شکل فعل را انتخاب کنید.

I am 55 years old now and I am going to retire this week. When I look back and read the book of my life, I see that I (have/have had) a very interesting life. I was born into a good family. My father was a teacher and my mother was a nurse. They always worked very hard and gave me a normal and healthy life. When I was a kid, I (wanted / have wanted) to become a firefighter. After university, I (join/joined) the Fire Service. I (have worked/work) there for 30 years. It is a really difficult but exciting job. I (worked/work) very hard to become a good firefighter. I (have been/was) in many missions for the past 25 years. But honestly, I don't remember how many lives I (have saved/save) and how many people I (have made/make) happy. Of course one thing I know for sure: I (have enjoyed/enjoy) every minute of my life as a firefighter.

**F. Read the following examples.**

نمونه های زیر را بخوانید.

**I've known them since 2008.**

من آن ها را از سال 2008 میشناختم

**We've lived here for 20 years.**

ما اینجا برای مدت 20 سال زندگی کردیم

**He hasn't got a job yet.**

او هنوز شغلی به دست نیاورده است

**Have they ever traveled to Madrid?**

آیا آنها هرگز به مادرید سفر کرده اند؟

**G. Pair up and talk about the things you have and have not done. You may use 'since', 'for', 'yet', or 'ever' in your questions and answers.**

در گروه دو نفره ، درباره چیزهایی که انجام داده‌اید و نداده‌اید صحبت کنید. در سؤالات و پاسخ‌های خود می‌توانید از کلمات "since" ، "for" ، "yet" و "ever" استفاده کنید.

Example: I have studied lesson 4. I haven't done my English homework yet.

**1-Have you ever traveled abroad?**

آیا تا به حال به خارج از کشور سفر کرده‌اید؟

**No, I haven't traveled abroad yet.**

نه، هنوز به خارج از کشور سفر نکرده‌ام.

**2-Have you finished your work for today?**

آیا کارهایتان را برای امروز تمام کرده‌اید؟

**No, I haven't finished my work yet.**

نه، هنوز کارهایم را تمام نکرده‌ام.

**3-Have you been to the new restaurant in town?**

آیا به رستوران جدیدی که در شهر باز شده است رفته‌اید؟

**Yes, I have been there since it opened.**

بله، از زمانی که باز شده است، رفته‌ام.

**4-Have you learned how to play a musical instrument?**

آیا یاد گرفته‌اید که چگونه یک ساز موسیقی را بازی کنید؟

**No, I haven't learned how to play a musical instrument yet.**

نه، هنوز نتوانسته‌ام که یاد بگیرم که چگونه یک ساز موسیقی را بازی کنم.

### 5-Have you been exercising regularly?

آیا به طور منظم ورزش می‌کنید؟

**Yes, I have been exercising for the past month.**

بله، برای یک ماه گذشته به طور منظم ورزش می‌کنم.

معنی صفحه ۶۸ درس دوم زبان یازدهم

### See Also (Phrasal verbs)

**Read the following examples. Check the meaning of the phrasal verbs.**

نمونه های زیر را بخوانید. معنی افعال عبارتی را بررسی کنید.

**- Would you like to leave a message? No, I'll call back later.**

—آیا شما دوست داری پیام بذاری؟ نه، بعداً تماس خواهم گرفت.

**- Have you checked in? Oh, yes. I am in my room now.**

—آیا شما پذیرش شده اید؟ آه بله. من الان تو اتاقم هستم

**- When did you get up? Early in the morning.**

—کی بلند شدی؟ صبح زود.

**- Has your father given up smoking? Yes, he knows smoking is harmful to his health.**

آیا پدرت سیگار را ترک کرده است؟ بله، او می داند که سیگار برای سلامتی اش مضر است

**- Did she go to school in Karaj? No, she grew up in Lavasan.**

آیا او در کرج به مدرسه رفت؟ نه، او در لواسان بزرگ شد.

**- Hurry up! We're late.**

عجله کن! دیر کردیم.

**- Sara looked after us very well. She's an excellent cook.**

سارا خیلی خوب از ما مراقبت میکند. او یک آشپز عالی است

**- Turn off the washing machine. It's making too much noise.**

ماشین لباسشویی را خاموش کنید. خیلی سر و صدا می کنه

**- James usually wakes up early. But today he's still asleep.**

جیمز معمولاً زود از خواب بیدار می شود. اما امروز او هنوز خواب است.

معنی صفحه ۶۹ درس دوم زبان یازدهم

— Listening & Speaking گوش دادن و صحبت کردن

→ **Speaking Strategy** استراتژی صحبت کردن:

**Talking about past experiences**

صحبت در مورد تجربیات گذشته

**A. You may use 'present perfect tense' to ask and talk about past experiences.**

شما می‌توانید از زمان حال کامل برای پرسیدن و صحبت درباره تجربیات گذشته استفاده کنید.

**A: Have you ever played the game 'Travel to Mars'?**

آیا تا به حال بازی "سفر به مریخ" را انجام داده‌اید؟

**B: Oh, yes. I have learned to play it recently. But I don't want to play it again.**

آره، بله. من به تازگی یاد گرفته‌ام که آن را بازی کنم. اما نمی‌خواهم دوباره بازی کنم.

**A: Really? Why?**

واقعا؟ چرا؟

**B: It takes a lot of my time. I have attended a Spanish class since last Monday. I like to spend my time on that.**

زیاد وقت من را می‌گیرد. من از دوشنبه گذشته در کلاس اسپانیایی شرکت کرده‌ام. من دوست دارم وقت خود را بر روی آن بگذرانم.

**A: I see. But you can play it in your free time.**

می‌فهمم. اما شما می‌توانید در وقت آزادتان آن را بازی کنید.

**B: I don't know. I haven't thought about that yet.**

نمی‌دانم. هنوز درباره آن فکر نکرده‌ام.

**You may use the following patterns to ask and answer about your past experiences.**

شما می‌توانید از الگوهای زیر برای پرسیدن و پاسخ دادن درباره تجربیات گذشته استفاده کنید.

**جواب صفحه ۷۰ درس دوم زبان یازدهم**

**B. Listen to the following conversations and fill in the blanks.**

به مکالمات زیر گوش دهید و جاهای خالی را پر کنید.

Conversation 1

**1- Hamid was on a volleyball team.**

**2- He has quit the team to study more.**

**Pair up and ask your friends about the experiences they have had. You may use**

**the verbs in the box.** دو نفر شوید از دوست خود در مورد تجربیاتی که داشته بپرسید. می‌توانید از افعال موجود در کادر استفاده کنید.

watch Amir Kabir TV series, read poems of Hafez, play football, make a paper boat, travel to the South

## Conversation 2

1- Farideh wants to lose weight.

2- Farideh has tried many different diets.

**Pair up and ask your friends about the things they haven't experienced yet. You may use the verbs in the box.**

دو نفر شوید و از دوستانتان در مورد چیزهایی که هنوز تجربه نکرده پرسید. می توانید از افعال موجود در کادر استفاده کنید.

play golf, climb Mount Everest, travel to the moon, take part in the Olympics

## معنی صفحه ۷۱ درس دوم زبان یازدهم

**A. Listen to the following sentences. All of the words are important and thus they are all stressed**

به جملات زیر گوش کنید. همه کلمات مهم هستند و بنابراین همه آنها تاکید دارند

→ 1. Watch out! مراقب باش

→ 2. Come back! برگرد

→ 3. Sit down! بشین

→ 4. Go away! برو

→ 5. Take care! مواظب باش

**In some situations, emergencies for example, all of the words are important. In that case, all words carry stress**

در برخی موارد، به عنوان مثال در موارد اضطراری، تمام کلمات مهم هستند. در این صورت، تمام کلمات با وزن تلفظی خود باید تلفظ شوند.

**B. Say the following sentences with appropriate stress patterns.**

جملات زیر را با الگوهای استرس مناسب بیان کنید.

→ 1. Get away! فرار کن

→ 2. Turn round! دور بزن

→ 3. Wake up! بیدار شو

→ 4. Hurry up! عجله کن

→ 5. Take care! مواظب باش

جواب صفحه ۷۳ درس دوم زبان یازدهم

**A. Change the following verbs into gerunds. Then complete the sentences.**

افعال زیر را به حروف تغییر دهید. سپس جملات را کامل کنید.

write eat travel do

**1) Eating fast food makes you fat.**

خوردن فست فود باعث چاقی می‌شود.

**2) Traveling by train is cheap and safe.**

سفر با قطار ارزان و ایمن است.

**3) Writing English well is one of my goals.**

نوشتن خوب انگلیسی یکی از اهداف من است.

**4) Doing regular exercise is useful for everyone.**

انجام ورزش منظم برای همه مفید است.

Hint

In notices, you often see NO before -ing forms. It means that it is forbidden here. For example, NO FISHING means "Fishing is forbidden".

در متون، شما اغلب NO را قبل از فرم‌های -ing مشاهده می‌کنید. یعنی اینجا ممنوع است. برای مثال، NO FISHING به معنای «ماهیگیری ممنوع است».

⇒ NO FISHING ماهیگیری ممنوع است

⇒ NO SMOKING سیگار کشیدن ممنوع است

⇒ NO PARKING پارک کردن ممنوع است

جواب صفحه ۷۵ درس دوم زبان یازدهم

**B. Change the following verbs into gerunds. Then complete the sentences.**

افعال زیر را به حرف اسم مصدرها تبدیل کنید. سپس جملات را کامل کنید.

play

walk

fish

do

**1) My sister enjoys walking in the rain.**

خواهرم از قدم زدن زیر باران لذت می برد.

**2) Mehran loves playing volleyball.**

مهران عاشق بازی والیبال است.

**3) My dad goes fishing on Fridays.**

پدرم جمعه ها برای ماهیگیری می رود.

**4) Has she finished doing her homework?**

آیا او انجام تکالیف خود را به پایان رسانده است؟

**C. Using gerunds (as subject and object) make five sentences about yourself, your family or your friends.**

استفاده از فعل مصدری (به عنوان فاعل و مفعول) پنج جمله درباره خود، خانواده یا دوستانتان بسازید.

**1- Running every morning is my favorite way to start the day.**

دویدن هر صبح راه من محبوبترین روش برای شروع روز است.

**2- My sister enjoys reading books before going to bed.**

خواهرم از خواندن کتابها قبل از خوابیدن لذت می برد.

**3- Playing soccer with my friends is always a fun activity.**

بازی فوتبال با دوستان من همیشه یک فعالیت جذاب است.

**4- Watching movies is a great way to relax after a long day at work.**

تماشای فیلم یک راه عالی برای استراحت پس از یک روز طولانی کاری است.

**5- My dad enjoys cooking and trying new recipes.**

پدرم از آشپزی و امتحان دستورهای غذایی جدید لذت می برد.

جملات بیشتر:

**6- flying makes me nervous.**

**7- Brushing your teeth is important.**

**8- Jogging and running are two hobbies of mine.**

**9- My mom likes shopping.**

**10- Her father quit smoking a year ago.**



جواب صفحه ۷۶ درس دوم زبان یازدهم

**D. Read the following sentences. Which of the underlined words is a gerund?**

جملات زیر را بخوانید. کدام یک از کلماتی که زیر آن ها خط کشیده شده یک جرون است؟

**1) They were watching a football match when I called.**

آنها داشتند مسابقه فوتبال نگاه میکردند وقتی من تماس گرفتم

**2) Saeed is cycling in the park right now.**

سعید همین حالا در حال دوچرخه سواری درس پارک است.

**3) Farzaneh enjoys watching scientific movies.**

فرزانه از تماشا کردن فیلم های علمی لذت می برد

**4) My favorite sport is hiking.**

وزرش مورد علاقه من پیاده روی است.

جواب صفحه ۷۷ درس دوم زبان یازدهم

**E. Find all gerunds in the Conversation. Which one has come after a preposition?**

همه gerunds را در مکالمه پیدا کنید. کدام یک بعد از حرف اضافه آمده است؟

surfing	jogging	(for) calling
going out	(for) climbing and walking	playing

جواب صفحه ۷۹ درس دوم زبان یازدهم

→ **What You Learned** آنچه شما یاد گرفتید

**A. Listen to the first part of a report.**

به قسمت اول گزارش گوش دهید.

1. Complete the sentences based on what you've just heard.

جملات را بر اساس آنچه که شنیده اید کامل کنید.

**- Some people have three bad habits. They are...**

...برخی افراد سه عادت بد دارند. آن ها هستند

smoking, not exercising, and not eating enough fruits.

**- By making just a few changes in their lifestyle, people ...**

افراد فقط با ایجاد چند تغییر در سبک زندگی خود

may live longer.

**2. Listen again and list all 'present perfect tenses'.**

دوباره گوش کنید و همه «زمان های حال کامل» را فهرست کنید.

have risked, have found

**B. Now read the rest.**

حالا بقیه را بخوانید.

People's busy lifestyle in big cities has created many problems for their health. Rushing to and from school and work has made it hard for everyone to be physically active. Many people do not have time to cook or prepare healthy food. They eat unhealthy snacks and junk food. This type of diet has changed people's taste and many young people now prefer fast food to homemade dishes. Watching TV and working with technology for long hours have also risked people's health. They have increased the risk of heart diseases and sleep disorders. So the things that seem so simple now can cause serious problems in the future.

سبک زندگی پرمشغله مردم در شهرهای بزرگ، برای سلامتی آنها مشکلات زیادی ایجاد کرده است. شتاب زدن به مدرسه و محل کار و بازگشت از آنجا، باعث شده است که برای همه سخت باشد که فعالیت بدنی داشته باشند. بسیاری از مردم وقت کافی برای پخت و آماده کردن غذای سالم ندارند. آنها از خوراکی های ناسالم و جنک فود استفاده می کنند. این نوع رژیم غذایی، سلیقه مردم را تغییر داده و بسیاری از جوانان اکنون از غذاهای فست فود به جای غذاهای خانگی ترجیح می دهند. تماشای تلویزیون و کار با فناوری برای ساعت های طولانی نیز به سلامتی مردم خطر ایجاد کرده است. آنها خطر بیماری های قلبی و اختلالات خواب را افزایش داده اند. بنابراین، چیزهایی که به نظر ساده می آیند، ممکن است در آینده مشکلات جدی ایجاد کنند.

**3. Skim the text and suggest a title for it.**

متن را مرور کنید و عنوانی برای آن پیشنهاد دهید.

Three bad habits that risk people's health.

**4. Scan the text and underline all 'gerunds'.**

rushing, watching, working

**C. Work in pairs. Ask and answer.**

دو نفر شوید . بپرس و جواب بده.

**– Name three things people have to change in their lifestyle.**

Exercise more, eat healthy food, and limit watching TV or working with technology

**– Is it really easy to change our lifestyle?**

Yes (No).

**– Why is too much working with technology dangerous?**

It increases the risk of heart attack and sleep disorder.