

دستور العمل استفاده از کتاب

هر سه درس این کتاب، فرمت و ساختار کاملاً یکسانی دارند و طبیعتاً دانش‌آموزان برای مطالعه بخش‌های مختلف کتاب، دچار سردرگمی و ابهام نخواهند شد. این بخش‌ها عبارتند از:

۱) واژگان: در بخش واژگان، تمام لغات جدید کتاب درسی و کتاب کار و حتی لغات بسیار مهم سال‌های قبل گردآوری و برای تک‌تک آن‌ها مثال‌های دقیق و کاربردی ارائه شده است تا شما بتوانید لغات را به شکل مؤثر و صحیحی به خاطر بسپارید و با کاربرد آن‌ها در جملات آشنا شوید. علاوه بر این، همراه تمامی لغات کتاب، تصاویر جذابی نیز قرار داده شده است تا یادگیری لغات از طریق حافظه بصری، سریع‌تر و ماندگارتر شود. دقت کنید که در تمامی درس‌ها، آموزش بخش واژگان به سه Session (جلسه مطالعاتی) تقسیم شده است. بد نیست بدانید که لغات قرار گرفته در این جلسات مطالعاتی، بر مبنای اهمیت، دسته‌بندی شده‌اند. یعنی لغات جلسه اول بسیار مهم هستند و به احتمال بسیار زیاد، در کنکور بارها مورد توجه قرار خواهند گرفت. لغات جلسه مطالعاتی دوم، لغات مهمی هستند که ممکن است آن‌ها را هر چند وقت یک‌بار در کنکور داشته باشیم و لغات جلسه مطالعاتی سوم، واژگان کم‌اهمیت‌تر درس‌ها را پوشش می‌دهند.

در پایان بخش واژگان نیز تعداد زیادی از تست‌های استاندارد واژگان داریم که ترکیبی از تست‌های کنکورهای اخیر و تست‌های تألیفی مشابه کنکور هستند. بهتر است بدانید که ترتیب قرار گرفتن تست‌ها در تمامی بخش‌ها از جمله بخش واژگان از آسان به دشوار می‌باشد تا دانش‌آموزان در تست‌ها با روندی منطقی مواجه شوند.

۲) گرامر: همان‌طور که احتمالاً می‌دانید، سال‌هاست که در جهان، آموزش گرامر در قالب فرمول‌های خشک و بی‌روح منسوخ شده است. در این کتاب نیز سعی شده است با در نظر گرفتن رویکردهای جدید آموزش گرامر، مباحث با زبانی ساده همراه مثال‌های فراوان و با تصاویر جذاب آموزش داده شود. می‌توان گفت با این رویکرد جدید، قطعاً گرامر برای شما به عنوان یکی از جذاب‌ترین بخش‌های درس زبان انگلیسی تبدیل خواهد شد. در تست‌های گرامر نیز سعی کرده‌ایم تمام تیپ‌ها و مباحث موردنظر طراح کنکور، به طور کامل پوشش داده شوند و در عین حال، تست‌ها با روندی ملایم، از تست‌های نسبتاً ساده‌تر تا تست‌های دشوار دسته‌بندی شوند.

۳) کلوزتست: با توجه به این‌که در کنکور، پنج تست، یعنی ۲۰٪ از نمره درس زبان انگلیسی از یک متن کلوزتست می‌باشد، اهمیت کلوزتست برای کنکور بسیار زیاد است. به همین دلیل، در تمامی درس‌های کتاب، چندین متن کلوزتست قرار گرفته است تا بتوانید تمرین کلوزتست را به طور مستمر در طول سال تحصیلی داشته باشید. البته حواستان باشد که پیش از پاسخ‌گویی به تست‌های کلوزتست، حتماً «درس‌نامه طلایی درک مطلب و کلوزتست» را از ضمیمه کتاب مطالعه بفرمایید.

۴) درک مطلب: بی‌شک درک مطلب، سخت‌ترین بخش درس زبان انگلیسی در کنکور است و توانایی پاسخ‌گویی به تست‌های درک مطلب، می‌تواند تفاوت داوطلب قوی و معمولی کنکور را رقم بزند. دقیقاً به همین دلیل است که در تمامی درس‌های این کتاب، تعداد بسیار زیادی متن درک مطلب استاندارد قرار گرفته است تا در تمام طول سال تحصیلی، به متن‌های استاندارد و جدید دسترسی داشته باشید.

اما ویژگی منحصر به فرد این کتاب در بخش درک مطلب، درسنامه جامع و بسیار دقیق آن در ضمیمه کتاب است. در «درسنامه طلایی درک مطلب و کلوزتست»، شما با انواع تیپ‌های تست‌های درک مطلب و همین‌طور روش پاسخ‌گویی به همه آن‌ها آشنا خواهید شد؛ بنابراین، قبل از این‌که به سؤالات درک مطلب پاسخ دهید، حتماً این درس‌نامه را با دقت بخوانید و بعدها نیز هر وقت که نیاز داشتید دوباره به آن مراجعه کنید.

۵) آزمون پایانی: در پایان تمامی درس‌های کتاب، یک آزمون کاملاً استاندارد مشابه کنکور قرار گرفته است. سعی کنید که آزمون را در وقت اختصاص یافته به آن در کنکور (۲۰ دقیقه) پاسخ دهید و در صورتی‌که به تستی اشتباه پاسخ دادید، با علت‌یابی آن، به فکر برطرف کردن ضعف‌های خودتان باشید.

۶) پاسخ‌های تشریحی: در پاسخ‌های تشریحی کتاب، سعی شده است ترجمه جملات و متن‌ها به صورت دقیق و به شکل موردنظر داوطلبان کنکور باشد. علاوه بر این، توضیحات پاسخ‌ها به صورتی هستند که عملاً جای هیچ‌گونه ابهامی برای دانش‌آموزان عزیز باقی نمی‌ماند.

LESSON 2



A Healthy Lifestyle

New Words & Expressions

Session 1

active /'æk.tɪv/ *adj.*

فعال، کاری، پرکار

Mrs. Klein is over 80, but she's still very active.

خانم کلاین بیش از ۸۰ سال سن دارد اما هنوز خیلی فعال است.



avoid /ə'vɔɪd/ *v.*

خودداری کردن از، پرهیز کردن از، اجتناب کردن از

I try to avoid going shopping on Saturdays because the stores are so crowded.

سعی می‌کنم شنبه‌ها از خرید رفتن اجتناب کنم چون فروشگاه‌ها خیلی شلوغ هستند.



balanced /'bæl.ənst/ *adj.*

متعادل، متوازن

The doctor told Tom he needed to have a more balanced diet.

دکتر به تام گفت [که] او باید رژیم غذایی متوازن‌تری داشته باشد.



calm /kɑ:m/ *adj.*

آرام؛ ساکت

The most important thing you can do now is to remain calm.

مهم‌ترین کاری که الان می‌توانید انجام دهید آرام ماندن است.



cause /kɑ:z/ *n. v.*

۱- سبب، علت ۲- باعث ... شدن، علت ... بودن

The police are looking into the cause of the accident.

پلیس در حال بررسی علت تصادف است.



certain /'sɜ:r.tən/ *adj.*

۱- [شخص] مطمئن ۲- [امور] مسلم، حتمی ۳- خاص، معین

Dave didn't know for certain how much the new computer would cost.

دیو به طور حتم نمی‌دانست هزینه کامپیوتر جدید چه قدر خواهد بود.



contain /kən'teɪn/ *v.*

حاوی ... بودن، شامل ... بودن

My mother gave me an envelope containing four hundred dollars.

مادرم به من پاکتی داد که حاوی چهارصد دلار [پول] بود.



creative /kri'eɪ.tɪv/ *adj.*

خلاق؛ خلاقانه

We felt that his idea was a creative solution to the problem.

ما فکر می‌کردیم که ایده او راه‌حل خلاقانه‌ای برای مشکل بود.



disable /dɪ'seɪ.bəl/ *v.*

ناتوان کردن، عاجز کردن، معلول کردن

She was disabled in the accident.

او در تصادف معلول شد.



disagree /,dɪs.ə'gri:/ *v.*

مخالفت کردن، موافق نبودن؛ با هم اختلاف داشتن

Bill disagreed with his classmates on every subject.

بیل سر هر موضوعی با هم‌کلاسی‌هایش مخالفت می‌کرد.



discuss /dɪ'skʌs/ *v.*

بحث کردن درباره، گفت‌وگو کردن درباره

I think it's time for me to discuss the problem with her.

فکر کنم [الان] وقتش است که درباره آن مشکل با او بحث کنم.



<p>effect /ə' fekt/ <i>n.</i> اثر، تأثیر</p> <p>Some people argue that technology has negative effects. بعضی از مردم استدلال می‌کنند که فناوری تأثیرات منفی دارد.</p>	
<p>effective /ə' fek.tɪv/ <i>adj.</i> مؤثر، کارآمد، اثربخش</p> <p>My teacher gave me some advice on effective ways to study English. معلمم در مورد روش‌های مؤثر انگلیسی خواندن به من توصیه‌هایی کرد.</p>	
<p>emergency /ɪ'mɜːr.dʒən.si/ <i>n.</i> ۱- وضع فوق‌العاده، حالت اضطراری ۲- [صفت‌گونه] اضطراری</p> <p>Please push this button at once in case of emergency. لطفاً در وضعیت فوق‌العاده، این دکمه را فوراً فشار دهید.</p>	
<p>emotional /ɪ'moʊ.fən.əl/ <i>adj.</i> ۱- احساسی، عاطفی ۲- احساساتی</p> <p>My doctor said that the problem was more emotional than physical. پزشکم گفت که مشکل بیشتر عاطفی بود تا جسمی.</p>	
<p>enable /ɪ'nei.bəl/ <i>v.</i> قادر ساختن، توانایی دادن به، امکان دادن به</p> <p>His good health enabled him to work till the age of eighty-five. [وضعیت] سلامت خوبش او را قادر ساخت تا هشتاد و پنج سالگی کار کند.</p>	
<p>event /ɪ'vent/ <i>n.</i> ۱- واقعه، رویداد ۲- مسابقه</p> <p>She sat in the chair all day, thinking of past events. او تمام روز را در صندلی نشست، در حالی که به وقایع گذشته فکر می‌کرد.</p>	
<p>excellent /'ek.səl.ənt/ <i>adj.</i> عالی، فوق‌العاده، بسیار خوب</p> <p>The restaurant is well known for its friendly atmosphere and excellent service. این رستوران به خاطر جوّ دوستانه و خدمات فوق‌العاده‌اش معروف است.</p>	
<p>exciting /ɪk'saɪ.tɪŋ/ <i>adj.</i> هیجان‌انگیز</p> <p>It was exciting for me to go to the capital for the first time. برایم رفتن به پایتخت برای اولین بار هیجان‌انگیز بود.</p>	
<p>forbid /fə'brɪd/ <i>v.</i> ممنوع کردن، قدغن کردن، منع کردن</p> <p>He was forbidden to leave the house, as a punishment. او به عنوان تنبیه از ترک خانه منع شد.</p>	
<p>function /'fʌŋk.fən/ <i>n. v.</i> ۱- کارکرد، عملکرد، وظیفه ۲- کار کردن، عمل کردن</p> <p>The function of the veins is to carry blood to the heart. کارکرد سیاهرگ‌ها بردن خون به قلب است.</p>	
<p>general /'dʒen.ər.əl/ <i>adj. n.</i> ۱- عمومی، همگانی؛ جامع ۲- ژنرال؛ سرلشکر</p> <p>There is general concern about global warming. در مورد گرمایش جهانی نگرانی همگانی وجود دارد.</p>	
<p>goal /gool/ <i>n.</i> ۱- هدف، مقصود ۲- [در فوتبال و ...] گل</p> <p>I have made up my mind to achieve my goals in three years. تصمیم خودم را گرفته‌ام که ظرف سه سال به اهدافم برسم.</p>	

<p>habit /'hæb.ɪt/ <i>n.</i> عادت</p>	
<p>Smoking is a very bad habit that can harm your health. سیگار کشیدن عادت بسیار بدی است که می‌تواند به سلامت شما آسیب بزند.</p>	
<p>hang out /hæŋ aʊt/ <i>v.</i> ۱- وقت گذراندن ۲- [لباس شسته] پهن کردن</p>	
<p>I don't know why he hangs out with James. They've got nothing in common. نمی‌دانم چرا او با جیمز وقت می‌گذراند. آن‌ها هیچ وجه اشتراکی ندارند.</p>	
<p>harm /hɑ:rm/ <i>n. v.</i> ۱- صدمه، آسیب ۲- صدمه زدن به، آسیب رساندن به</p>	
<p>There is no need to be frightened. He won't harm you. هیچ نیازی نیست بترسید. او به شما صدمه نخواهد زد.</p>	
<p>harmful /'hɑ:rm.fəl/ <i>adj.</i> مضر، زیان‌بخش، زیان‌آور</p>	
<p>It is important to protect your skin from the harmful effects of the sun. مهم است که از پوست خودتان در برابر آثار زیان‌بخش آفتاب محافظت کنید.</p>	
<p>hobby /'hɑ:bi/ <i>n.</i> سرگرمی</p>	
<p>Hobbies take your mind off the worries of everyday life. سرگرمی‌ها ذهن شما را از نگرانی‌های زندگی روزانه دور می‌کنند.</p>	
<p>influence /'ɪn.flu.əns/ <i>n. v.</i> ۱- اثر، تأثیر ۲- اثر گذاشتن بر، تحت تأثیر قرار دادن</p>	
<p>Many TV programs have a bad influence on children. بسیاری از برنامه‌های تلویزیونی روی بچه‌ها تأثیر بدی دارند.</p>	
<p>invention /ɪn'ven.fən/ <i>n.</i> اختراع؛ ابداع</p>	
<p>The world changed rapidly after the invention of the phone. جهان بعد از اختراع تلفن به سرعت تغییر کرد.</p>	
<p>join /dʒɔɪn/ <i>v.</i> ۱- متصل کردن، وصل کردن ۲- به هم متصل شدن، به هم وصل شدن ۳- وارد ... شدن، به ... پیوستن</p>	
<p>Sarah clearly isn't interested in joining our group. سارا به وضوح علاقه‌ای ندارد وارد گروه ما شود.</p>	
<p>keep on /ki:p a:n/ <i>v.</i> (به کار خود) ادامه دادن؛ (به راه خود) ادامه دادن</p>	
<p>I ordered Karen to stay quiet, but she kept on making noise. به کارن دستور دادم ساکت بماند، اما او به سروصدا کردن ادامه داد.</p>	
<p>limit /'lɪm.ɪt/ <i>n. v.</i> ۱- محدودیت؛ مرز؛ حد و حدود ۲- محدود کردن، حدی قائل شدن برای</p>	
<p>Although the speed limit was 60 miles per hour, Harry was driving much faster. اگرچه محدودیت سرعت ۶۰ مایل در ساعت بود، هری بسیار سریع‌تر رانندگی می‌کرد.</p>	
<p>look after /lʊk æf.tər/ <i>v.</i> مراقبت کردن از، مواظب ... بودن</p>	
<p>Mary and her sister took turns at looking after their sick mother. مری و خواهرش به نوبت از مادر بیمارشان مراقبت می‌کردند.</p>	
<p>medical /'med.ɪ.kəl/ <i>adj.</i> ۱- (مربوط به) پزشکی ۲- دارویی</p>	
<p>They asked a medical expert to do more research. آن‌ها از متخصص پزشکی خواستند تحقیقات بیشتری انجام دهد.</p>	

114. How well the crops will grow depends on the quality and of the soil. زبان ۸۹
- 1) definition 2) condition 3) conclusion 4) prediction
115. The Japanese is clearly quite healthy, apart from the fact that they consume a bit too much salt.
- 1) style 2) stage 3) diet 4) protein
116. People can take part in the program by doing any physical that makes the heart beat faster and lasts for 15 minutes.
- 1) jogging 2) lifestyle 3) hiking 4) activity
117. Your body needs vitamin B12 in order to create red blood cells and keep the system healthy.
- 1) nervous 2) various 3) medical 4) creative
118. She was warned it was to run early in the morning in the neighborhood – she shouldn't have gone out alone.
- 1) harmless 2) nervous 3) unsafe 4) serious
119. Parrots learn a vocabulary of more than twenty words, whereas other less known birds learn up to 100.
- 1) rarely 2) fully 3) safely 4) socially
120. Some parents think television hurts children but others consider it as entertainment.
- 1) predictive 2) physical 3) harmless 4) unhealthy
121. The pilot of the airplane had to make a/an landing because of the very bad weather. زبان ۹۲- با تغییر
- 1) mystery 2) recreational 3) conditional 4) emergency
122. If you tell him what happened, I'm sure he'll understand – he's a/an man.
- 1) functional 2) reasonable 3) mental 4) effective
123. Albert Einstein once remarked that life is like a bicycle; to keep your, you must keep moving.
- 1) function 2) balance 3) action 4) mission
124. In 1977, the Voyager spacecraft photographed the first of Jupiter, Saturn, Uranus, and Neptune.
- 1) images 2) events 3) systems 4) conditions
125. I can say with that there will be no more discussion today. انسانی ۸۹- با تغییر
- 1) capacity 2) experience 3) certainty 4) reality
126. We're not in a position to make any – we'll have to accept what they offer us.
- 1) conditions 2) projects 3) reasons 4) varieties
127. 67% of those who never smoked said they were worried about the effects of other people smoking.
- 1) natural 2) health 3) scientific 4) influential
128. She only had a few things in her shopping cart, so I told her she could go me in the checkout line.
- 1) beyond 2) ahead of 3) beside 4) around
129. Although most islands in the ocean have been mapped, the ocean floor is unknown.
- 1) deeply 2) generally 3) naturally 4) effectively
130. The woman was unable to the man who stole her purse because it had been too dark at the time of the robbery.
- 1) identify 2) realize 3) understand 4) influence
131. Although I with his views in general, I have to admit that he may be right on this specific issue.
- 1) disagree 2) confuse 3) prevent 4) socialize

132. After graduating from university, John and I became best friends, and he me deeply with his behavior.

زبان ۹۲- با تغییر

- 1) discussed 2) improved 3) influenced 4) advised

133. He had such a/an to cigarettes that he smoked 40 a day, and could never imagine stopping.

- 1) addiction 2) proportion 3) emotion 4) emergency

134. Studies have shown that if schoolchildren don't eat a breakfast, they often find it difficult to concentrate in class.

- 1) general 2) proper 3) serious 4) positive

135. The scientists' main is to go to the rainforest to study possible medical uses of the plants there.

- 1) mission 2) reality 3) stage 4) lifestyle

136. I always feel after watching the news on television because of all the war and starvation in the world.

- 1) addicted 2) depressed 3) balanced 4) forbidden

137. One of the negative points of working at home is not having contact with other people.

- 1) various 2) relative 3) social 4) homeless

138. is a total waste of time. It doesn't change anything. All it does is steal your joy and keep you very busy doing nothing.

- 1) Recreation 2) Pressure 3) Emergency 4) Worry

139. The doctors gave him more drugs in the hope that he might recover, but he died after a few days.

- 1) balanced 2) emotional 3) powerful 4) relative

140. You need to be more creative. A mere repetition of other people's research cannot be called true research.

- 1) physical 2) scientific 3) frequent 4) indirect

141. Health experts suggest that the average person should make 15 to 20 percent of their diet.

- 1) calorie 2) lifestyle 3) proportion 4) protein

142. In all natural processes, energy is never or destroyed, but is merely transformed from one form into another.

- 1) predicted 2) created 3) enabled 4) invented

143. Studies show that regular physical activity improves mood, helps relieve, and increases feelings of well-being.

- 1) heartbeat 2) condition 3) disorder 4) stress

144. In, communication between doctors and their patients is the most important part of medical treatment.

- 1) disorder 2) variety 3) general 4) habit

145. Both Mr. and Mrs. Karimi are worried about their son because he does not take life

تجربی ۹۴

- 1) regularly 2) seriously 3) emotionally 4) comfortably

146. Employees who take a/an part in the project feel more involved and more responsible for the results.

- 1) active 2) general 3) limited 4) various

147. According to a recent poll, 49 percent of Iranian fathers themselves as better parents than their fathers.

- 1) predicted 2) influenced 3) confused 4) described

148. The doctor said that the patient's health has steadily since they put him on some new medication.

- 1) improved 2) affected 3) created 4) rushed

Grammar

The Present Perfect Tense

زمان حال کامل

قسمت سوم فعل + have / has

در سال‌های قبل با پنج زمان پرکاربرد زبان انگلیسی آشنا شدیم:

① زمان حال ساده (درس‌های ۱ و ۳ انگلیسی نهم). مثال:

I play football.

فعل حال ساده

② زمان حال استمراری (درس ۲ انگلیسی نهم). مثال:

I am playing football.

فعل حال استمراری

③ زمان گذشته ساده (درس‌های ۵ و ۶ انگلیسی نهم). مثال:

I played football.

فعل گذشته ساده

④ زمان گذشته استمراری (درس ۳ انگلیسی دهم). مثال:

I was playing football.

فعل گذشته استمراری

⑤ زمان آینده ساده (درس ۱ انگلیسی دهم). مثال:

I will play football.

زمان آینده ساده

در این درس، با یکی از مهم‌ترین و تست‌خیزترین زمان‌ها در زبان انگلیسی، یعنی «زمان حال کامل» آشنا می‌شویم. زمان حال کامل، زمانی است که گذشته را به حال وصل می‌کند. در واقع، وقتی ما در جمله از زمان حال کامل استفاده می‌کنیم، با فعلی سروکار داریم که در گذشته شروع شده و تا همین الان ادامه داشته و یا این‌که خود فعل در گذشته انجام شده و به پایان رسیده، اما نتایج و آثار آن تا همین الان ادامه داشته است. فعلاً در جدول زیر، با شیوه درست کردن زمان حال کامل آشنا شوید تا در ادامه، کاربردهای آن را به تفکیک و با جزئیات دقیق بررسی کنیم.

I You We They	have / 've	played gone listened
He She It	has / 's	, ...

با بررسی جدول بالا به نتایج زیر می‌رسیم:

① اگر فاعل جمله، I, you, we, they یا اسم‌های مربوط به آن‌ها (مثل I and Ali, John and Mary و ...) باشد، بعد از فاعل از have یا شکل

مخفف آن 've استفاده می‌شود. مثال:

My friend and I have played ping-pong for two hours.

فاعل

من و دوستانم به مدت دو ساعت پینگ‌پونگ بازی کرده‌ایم.



۲ اگر فاعل جمله، she, he, it یا اسم‌های مربوط به آن‌ها (مثل Harry, Samira, the cat و ...) باشد، بعد از فاعل از has یا شکل مخفف آن 's استفاده می‌شود. مثال:

او از سال ۲۰۰۹ در تهران زندگی کرده است. He has (He's) lived in Tehran since 2009.

فاعل

۳ همان‌طور که در جدول هم می‌بینید، بعد از have یا has، فعل اصلی جمله (played, gone, listened و ...) را داریم. این همان «قسمت سوم فعل» (p.p.) است که اتفاقاً آن را در فرمول ابتدای درس هم داشتیم. قسمت سوم فعل، در مورد افعال با قاعده، دقیقاً مثل قسمت دوم فعل (گذشته ساده) درست می‌شود؛ یعنی با اضافه کردن -ed به آخر فعل. مثال:

play ⇒ played listen ⇒ listened call ⇒ called look ⇒ looked

تکته در صورتی که آخر فعل با قاعده e داشتیم، قسمت دوم و سوم فعل با اضافه کردن d به آخر فعل درست می‌شود. مثال:

move ⇒ moved promise ⇒ promised hope ⇒ hoped divide ⇒ divided

تکته در صورتی که آخر فعل با قاعده y داشتیم، اما حرف قبل از y بی‌صدا بود، قبل از اضافه کردن -ed به آخر فعل، y را به i تبدیل می‌کنیم. مثال:

try ⇒ tried cry ⇒ cried

اما همان‌طور که از اسم افعال بی‌قاعده مشخص است، این افعال قاعده مشخصی ندارند و باید قسمت دوم (گذشته ساده) و قسمت سوم (p.p.) آن‌ها را از جدول افعال بی‌قاعده آخر کتاب درسی‌تان (Irregular Verbs) حفظ کنید. مثال:

build ⇒ built ⇒ built forgive ⇒ forgave ⇒ forgiven cut ⇒ cut ⇒ cut go ⇒ went ⇒ gone

این جدول را خیلی جری بگیرد. اگر افعال این جدول را خوب حفظ نکنید، در خیلی از مباحث گرامری به مشکل می‌خورید.

اصول‌ترین کاربردهای زمان حال کامل

۱ اصلی‌ترین کاربرد زمان حال کامل برای اشاره به عملی است که در زمان مشخصی از گذشته شروع شده و تاکنون به طور پیوسته یا متناوب ادامه داشته است. حالا ممکن است عمل در زمان آینده هم ادامه پیدا کند، اما چیزی که مهم است و باعث می‌شود از زمان حال کامل استفاده کنیم، شروع عمل در گذشته و ادامه داشتن آن تا زمان حال است. موقع خواندن مثال‌ها، حتماً دقت کنید که عمل در گذشته آغاز شده و تا الان ادامه داشته است. مثال:

I have had a cold for two weeks.

حال کامل

دو هفته است که سرما خورده‌ام.

یعنی سرماخوردگی دو هفته قبل شروع شده و تا همین الان ادامه پیدا کرده است.



We've had the same car since 2007.

حال کامل

ما همین ماشین را از سال ۲۰۰۷ داشته‌ایم.

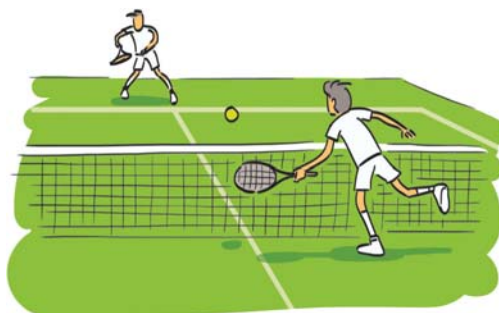
یعنی ماشین از سال ۲۰۰۷ تا همین الان متعلق به ما بوده است.

He's played tennis at the club since 2015.

حال کامل

او از سال ۲۰۱۵ در این باشگاه تنیس بازی کرده است.

یعنی تنیس بازی کردن او در باشگاه از سال ۲۰۱۵ آغاز و تا امروز به تناوب انجام شده است.



۲ در صورتی که عملی در گذشته انجام شده باشد، ولی نتایج و آثار آن تا همین الان ادامه داشته باشد، از زمان حال کامل استفاده می‌کنیم. در واقع در این کاربرد حال کامل، خود عمل مربوط به گذشته است و آن چیزی که تا الان ادامه دارد، نتایج و آثار عمل است. مثال:

I've lost my wallet. کیف پولم را گم کرده‌ام.

حال کامل

◀ گوینده می‌گوید که کیف پولش را گم کرده اما یا خودش هم نمی‌داند آن را کی گم کرده و یا اصلاً برایش مهم نیست کیف پول چه زمانی گم شده است. چیزی که برای گوینده جمله مهم است، آثار و نتایج ناشی از عمل یعنی از دست دادن پول، مدارک و ... است. این آثار و نتایج تا الان ادامه دارد.

Mary has fixed my computer. مری کامپیوترم را تعمیر کرده است.

حال کامل

◀ عمل در گذشته انجام شده، اما برای گوینده زمان انجام آن مهم نیست و آثار و نتایج عمل یعنی درست کار کردن کامپیوتر در زمان حال مهم‌تر است.

I haven't eaten very much. خیلی زیاده غذا نخورده‌ام.

حال کامل

◀ غذا خوردن عملی است که در گذشته انجام نشده، ولی اثر و نتیجه آن یعنی گرسنه بودن تا الان ادامه دارد!



۳ برای اشاره به تجربیاتی که در طول زندگی‌مان (از گذشته تا حالا) داشته‌ایم، از زمان حال کامل استفاده می‌کنیم. مثال:

I have been to France three times. تا حالا سه بار به فرانسه رفته‌ام.

حال کامل

◀ یعنی تا حالا سه بار تجربه رفتن به فرانسه را داشته‌ام.

They have never traveled by plane. آن‌ها هرگز با هواپیما سفر نکرده‌اند.

حال کامل

◀ یعنی آن‌ها در زندگی‌شان هرگز تجربه سفر کردن با هواپیما را نداشته‌اند.

تکنه همان‌طور که احتمالاً یادتان هست در درس دوم سال دهم با صفات عالی آشنا شدیم. از صفات عالی می‌توانیم برای اشاره به برترین تجربیات زندگی‌مان استفاده کنیم. مثال:

It's the best movie I've ever seen in my life. بهترین فیلمی است که تاکنون در زندگی‌ام دیده‌ام.

صفت عالی

حال کامل

◀ تجربه دیدن بهترین فیلم زندگی!

۴ گاهی اوقات عمل در گذشته انجام شده و حتی شاید گوینده و شنونده هم بدانند عمل چه زمانی انجام شده، اما مهم خود عمل است، نه زمان انجام آن. مثال:

People have traveled to the moon. انسان‌ها به ماه سفر کرده‌اند.

حال کامل

◀ طبق این جمله انسان‌ها در گذشته به ماه سفر کرده‌اند. اما دقیقاً چه زمانی؟ از نظر گوینده جمله زمان اهمیتی ندارد و مهم این است که انسان‌ها توانسته‌اند

تا ماه سفر کنند.



۵ از حال کامل می‌توانیم برای اشاره به عملی استفاده کنیم که در گذشته انجام شده، اما از زمان انجام آن مدت زمان بسیار اندکی گذشته است. اغلب همراه این کاربرد حال کامل از **recently** (اخیراً، به تازگی) یا **just** (تازه، همین حالا) استفاده می‌شود. مثال:

پدر و مادر من همین حالا از یک هفته [سفر] در اصفهان برگشته‌اند. My father and mother have just come back from a week in Isfahan.
 حال کامل



۶ یکی از کاربردهای خاص زمان حال کامل، برای اشاره به عملی است که انتظار داریم پیش از عمل دیگری در آینده انجام شود. معمولاً در این کاربرد زمان حال کامل، قبل از فعل حال کامل، یکی از قیدهای **when** (وقتی‌که)، **until** (تا، تا وقتی‌که)، **as soon as** (به محض این‌که) و **after** (بعد از) مورد استفاده قرار می‌گیرد. مثال:

When you have finished reading the book, please return it to the library. وقتی‌که فواید کتاب را تمام کردید، لطفاً آن را به کتابخانه برگردانید.
 حال کامل

◀ در این جمله دو عمل تمام کردن کتاب و برگرداندن آن به کتابخانه را داریم که هر دو مربوط به زمان آینده هستند و قرار است یکی قبل از دیگری اتفاق بیفتد؛ بنابراین برای عمل اول از فعل حال کامل استفاده می‌کنیم. البته در این‌گونه از جملات، به جای فعل حال کامل، از فعل ساده هم می‌توان استفاده کرد. مثال:

When you finish reading the book, please return it to the library.
 حال ساده

قیدهای زمان حال کامل

در زبان انگلیسی تعدادی قید داریم که می‌توانیم آن‌ها را به همراه زمان حال کامل استفاده کنیم. این قیدها می‌توانند نشانه زمان حال کامل باشند، ولی دقت کنید که هیچ‌کدام از این قیدها نشانه صددرصدی زمان حال کامل نیستند و از آن‌ها می‌توان به همراه یک یا چند زمان دیگر هم استفاده کرد. در ادامه، این قیدها را به ترتیب اهمیت بررسی می‌کنیم:

۱ **since** (از، از وقتی‌که): قید **since** جزء اصلی‌ترین نشانه‌های زمان حال کامل است و اگر به همراه زمان حال کامل استفاده شود، نشان‌دهنده مبدأ و زمان آغاز عمل در گذشته خواهد بود. مثال:

Susan has changed since I saw her. سوزان از وقتی‌که او را دیدم، تغییر کرده است.
 حال کامل

۲ **for** (برای، به مدت): **for** هم جزء اصلی‌ترین قیدهایی است که می‌تواند به همراه زمان حال کامل استفاده شود و نشان می‌دهد عمل چه مدت ادامه داشته است. مثال:

We have known each other for fifteen years. ما به مدت پانزده سال یکدیگر را می‌شناسیم.
 حال کامل



۳) **never** (هرگز): از never می‌توانیم در جملات حال کامل به همراه فعل مثبت استفاده کنیم تا بگوییم عملی تاکنون هرگز انجام نشده است. مثال:

I have never been to Italy.

هرگز به ایتالیا نرفته‌ام.

حال کامل

◀ دقت کنید که never در این معنی، در بین دو بخش فعل حال کامل استفاده می‌شود.

۴) **ever** (تا به حال، تاکنون): اصلی‌ترین کاربرد ever به همراه زمان حال کامل، در جمله‌های سؤالی یا منفی است. مثال:

Have you ever eaten Chinese food?

آیا تاکنون غذای چینی خوردید؟

حال کامل



البته از ever می‌توان در بعضی موارد دیگر هم استفاده کرد؛ از جمله بعد از عبارت the first time (اولین بار). مثال:

It's the first time I've ever been to England.

این اولین باری است که تا به حال به انگلیس رفته‌ام.

حال کامل



◀ همان‌طور که می‌بینید، ever هم مثل never، بین دو بخش فعل حال کامل قرار می‌گیرد.

۵) **already** (تا همین حالا؛ قبلاً): already به همراه زمان حال کامل استفاده می‌شود تا نشان دهد عمل در زمان نامشخصی از گذشته انجام شده

است. مثال:

I've already drunk three coffees.

تا همین حالا سه تا قهوه نوشیده‌ام.

حال کامل

◀ همان‌طور که می‌بینید، already هم بین دو بخش فعل حال کامل قرار می‌گیرد.

۶) **yet** (هنوز؛ تا حالا): از yet در جملات حال کامل منفی یا سؤالی استفاده می‌شود. مثال:

I haven't finished my breakfast yet.

هنوز صبحانه‌ام را تمام نکرده‌ام.

حال کامل



Have you met Hamid yet?

آیا تا حالا حمید را ملاقات کرده‌اید؟

حال کامل

recently (اخیراً، به تازگی) و just (تازه، همین حالا): همان طور که قبلاً هم گفته شد، از این دو قید در صورتی به همراه زمان حال کامل استفاده می‌شود که از زمان انجام عمل مدت زمان بسیار اندکی گذشته باشد. مثال:

I've just decided to sell my apartment.

حال کامل

همین حالا تصمیم گرفتیم آپارتمان خودم را بفروشم.

just و recently هم در این معنی بین دو بخش فعل حال کامل قرار می‌گیرند.

still (هنوز): از معمولاً در جملات حال کامل منفی استفاده می‌شود. مثال:

I still haven't found my passport. I know it's here somewhere.

حال کامل

هنوز پاسپورتم را پیدا نکرده‌ام. می‌دانم همین در این جا است.

همان طور که می‌بینید still پیش از فعل حال کامل منفی قرار می‌گیرد.



so far (تاکنون، تا حالا): مثال:

So far we've made \$50,000.

حال کامل

تا حالا ۵۰۰۰۰ دلار درآمد داشته‌ایم.

during (طی، در طول): این قید به همراه زمان حال کامل به طول زمان اشاره دارد. مثال:

I haven't done any exercise during the last week.

حال کامل

در طول هفته گذشته اصلاً ورزش نکرده‌ام.

always (همیشه، همواره): always دقیقاً متضاد never است. پس اگر آن را به همراه زمان حال کامل استفاده کنیم، به عملی اشاره خواهد داشت

که از زمان مشخصی در گذشته تاکنون، همواره انجام شده است. مثال:

I have always wanted to become a pilot.

حال کامل

همیشه خواسته‌ام که خلبان شوم.



دقت کنید که always هم مثل never، در بین دو بخش فعل حال کامل قرار می‌گیرد.

once (یک بار)، twice (دو بار)، three times (سه بار) و ... : مثال:

I've only met Jane's husband once.

حال کامل

شوهر جین را فقط یک بار ملاقات کرده‌ام.

چند نکته در مورد زمان حال کامل

① برای منفی کردن حال کامل، بعد از have یا has از not استفاده می‌کنیم. البته استفاده از شکل‌های مخفف (haven't / hasn't) نیز صحیح است. مثال:
I have not (haven't) seen my friend since Friday.
دوستم را از جمعه ندیده‌ام.

حال کامل منفی

② برای سؤالی کردن حال کامل، کافی است have یا has را به قبل از فاعل جمله منتقل کنید. مثال:

Have you ever been to Canada?

آیا تاکنون به کانادا رفته‌اید؟

فاعل

حال کامل سؤالی

③ در صورتی که فعل مربوط به زمان گذشته باشد و زمان انجام آن مشخص شده باشد، باید از فعل گذشته ساده استفاده کنیم، اما اگر زمان دقیق انجام فعل مشخص نشود؛ مختاریم از گذشته ساده یا حال کامل استفاده کنیم. مثال:

I bought an English book this morning.

امروز صبح یک کتاب انگلیسی خریدم.

گذشته ساده

◀ چون زمان دقیق انجام فعل در گذشته مشخص شده، از گذشته ساده استفاده می‌کنیم.

I've bought an English book.

یک کتاب انگلیسی خریدم.

حال کامل

◀ در این مورد اثر فعل مدنظر است.

I bought an English book.

یک کتاب انگلیسی خریدم.

گذشته ساده

④ در مثال‌های زیر، به تفاوت فعل‌های be و go در زمان حال کامل دقت کنید:

They have gone to Spain.

آن‌ها به اسپانیا رفته‌اند.

◀ یعنی آن‌ها به اسپانیا رفته‌اند و همین حالا هم در اسپانیا هستند.

They have been to Spain twice.

آن‌ها دو بار به اسپانیا رفته‌اند.

◀ یعنی آن‌ها دو بار تجربه رفتن به اسپانیا را داشته‌اند، ولی الان در اسپانیا نیستند.

Gerund

اسم مصدر

در صورتی که بخواهیم فعل را در جایگاه اسم استفاده کنیم، کار خیلی سختی نداریم و باید آن را به اسم مصدر تبدیل کنیم. درست کردن اسم مصدر هم کار خیلی راحت است؛ کافی است فعل را ing دار کنید تا اسم مصدر درست شود. مثال:

play ⇒ playing

move ⇒ moving

go ⇒ going

try ⇒ trying

اصول‌ترین کاربردهای اسم مصدر

وقتی فعل به اسم مصدر تبدیل می‌شود، دیگر باید آن را اسم در نظر بگیریم و طبیعتاً می‌توانیم از آن در نقش‌های اسم استفاده کنیم. در ادامه این موارد را بررسی می‌کنیم.

① **اسم مصدر به عنوان فاعل جمله:** در واقع اگر بخواهیم از فعل در ابتدای جمله و در جایگاه فاعل استفاده کنیم، باید آن را ing دار کنیم. مثال:

Brushing your teeth is important.

مسواک زدن دندان‌هایتان مهم است.

اسم مصدر



Cloze Tests

لطفاً پیش از پاسخ‌گویی به سؤالات کلوز تست، «درس‌نامه طلایی کلوز تست و درک مطلب» را از صفحه ۳۰۷ مطالعه فرمایید.

Cloze Passage ①

In 2003, the Environmental Working Group studied nine people to measure the chemicals in their bodies. These nine people had an average of³⁰⁷ in their bodies. They also had an average of sixty-two chemicals that can damage the brain and fifty-five that can harm babies in pregnant women. Although³⁰⁸ chemicals were found in human bodies, they were in such small amounts that they were³⁰⁹ not hurting people. However, scientists are³¹⁰ because most of these chemicals were created by humans, and they did not³¹¹ seventy-five years ago. This proves that we have not only polluted the world – we have polluted our own bodies!

- | | | | |
|--|---|-------------|-------------|
| 307 1) fifty three chemicals causing cancer | 2) fifty-three chemicals cancer-causing | | |
| 3) fifty three causing-cancer chemicals | 4) fifty-three cancer-causing chemicals | | |
| 308 1) very few | 2) too much | 3) a lot of | 4) lots |
| 309 1) probably | 2) rarely | 3) deeply | 4) mentally |
| 310 1) worried | 2) interested | 3) confused | 4) bored |
| 311 1) stick | 2) destroy | 3) measure | 4) exist |

Cloze Passage ②

In the simplest terms: if you want to³¹² weight, your daily food should be a little below normal. If you are overweight, no matter how³¹³ the problem may appear, you need enough of the right foods to provide energy for your daily³¹⁴ . If you are underweight and want to gain, your eating food should be³¹⁵ normal, consisting of foods that will³¹⁶ muscle tissue and no fat. Whatever your problem, the first thing you must learn to do is to eat at certain times.

هنر ۸۴- با تغییر

- | | | | |
|-------------------------|------------|---------------|---------------|
| 312 1) gain | 2) hold | 3) take | 4) lose |
| 313 1) certain | 2) nervous | 3) positive | 4) serious |
| 314 1) realities | 2) systems | 3) lifestyles | 4) activities |
| 315 1) for | 2) at | 3) under | 4) above |
| 316 1) prevent | 2) build | 3) measure | 4) compare |

Cloze Passage ③

Many people think of fast food as just a quick and easy meal. But most fast food is high in calories, sugar, fat, and sodium (salt). Often, these foods are also low in³¹⁷ and minerals. The fat in many items is either saturated fat or trans-fat. Both of these³¹⁸ of fat clog your arteries.³¹⁹ a steady diet of fast food can lead to long-term health problems, such as heart³²⁰, cancer, and obesity. Some of the foods served in fast-food restaurants sound³²¹, but they aren't. For example, a chicken sandwich (deep-fried) served with mayonnaise has more than 500 calories, 26 grams of fat, and 12 grams of saturated fat. That's one-third of the calories and fat most kids need in a whole day!

- | | | | |
|-------------------------|-------------|---------------|---------------|
| 317 1) vitamins | 2) meals | 3) measures | 4) servings |
| 318 1) diets | 2) styles | 3) types | 4) points |
| 319 1) Eats | 2) Will eat | 3) Eating | 4) Have eaten |
| 320 1) treatment | 2) disease | 3) experience | 4) factor |
| 321 1) healthy | 2) regional | 3) popular | 4) physical |

Passage 7

It's hard to make friends if you stay home alone all the time. You need to get out of the house and do things that will help you meet other people. Join a club, play a sport, do volunteer work. You'll find that it's easier to make friends with people who have similar interests.

Learn from people at school or work who seem to make friends easily. Observe their behavior. How do they make other people feel comfortable? Notice what they say and how they act. Don't copy everything they do, but try some of their techniques. It will help you develop your own social style.

Think of some topics that would make good conversation. Find out the latest news, listen to the most popular types of music, or watch an interesting movie or TV show. The more you have to say, the more people will want to talk with you.

Be a good listener, and let people talk about themselves. Don't try to dominate the conversation with "me, me, me." Ask lots of questions. Show an interest in the answers. This will make people feel special, and they will want to be your friend.

When you start to get to know someone, don't be friendly and talkative one day and too shy to have a conversation the next day. Be consistent. Consistency is a quality that people look for in friends.

Have confidence in yourself. Don't be self-critical all the time. It's hard to get other people to like you if you don't like yourself. Think of your good qualities and all the reasons people would want your friendship.

Pursue the friendships you really want, with people that you like, respect, and admire. Try to meet a lot of people, too. That way, you'll have a bigger group to choose from and a better chance to make friends.

هنر ۹۳ - با تغییر

375 What does the passage mainly discuss?

- 1) what to do to make your life more interesting
- 2) problems of people who prefer to live alone
- 3) how to overcome old habits of friendship
- 4) what to do to make friends

376 The word "it" in paragraph 2 refers to

- 1) copying everything they do
- 2) trying some of their techniques
- 3) developing your own social style
- 4) making as many friends as you like

377 Why does the author mention "me, me, me" in paragraph 4?

- 1) to warn against your becoming the only side speaking in a conversation
- 2) to stress the fact that you actually need to realize what your personal qualities are
- 3) to instruct you to reveal as much information about yourself to your friends as you can
- 4) to show the role of ignoring all your personal interests to be able to make friends successfully

378 According to the passage, none of the following positively contribute to your making friends EXCEPT being

- | | |
|------------------------------|--|
| 1) talkative | 2) with a very small number of people |
| 3) inconsistent at all times | 4) able to let others express themselves |

Passage 8

Another example of the dangers of a restricted diet may be seen in the disease known as “beriberi”, which used to make large numbers of Eastern people who lived mainly on rice suffer. In the early years of the 20th century, a Dutch scientist called Eijkman was trying to discover the cause of beriberi. At first he thought it was transmitted by a germ. He was working in a Japanese hospital, where the patients were fed on rice which had had the outer husk removed from the grain. It was thought this would be easier for weak, sick people to digest.

Eijkman thought his germ theory was confirmed when he noticed the chickens in the hospital yard, which were fed on scraps from the patients’ plates, were also showing signs of the disease. He then tried to isolate the germ he thought was causing the disease, but his experiments were interrupted by a hospital official, who ruled that the huskless polished rice, even though left over by the patients, was too good for chickens. The chickens should be fed on cheap rice with the outer covering still on the grain.

Eijkman noticed that the chickens began to recover on the new diet. He considered the possibility that eating unmilled rice somehow prevented or cured beriberi – even that a lack of some ingredient in the husk might be the cause of the disease. Indeed, this was the case. The element needed to prevent beriberi was shortly afterwards isolated from rice husks and is now known as vitamin B. The milled rice, though more expensive, was in fact keeping alive the disease the hospital was trying to cure. Nowadays, this terrible disease is much less common thanks to our knowledge of vitamins.

379 From the context, what do you think the author mentions in the paragraph that is just before this first paragraph?

- 1) one example of the importance of vitamins
- 2) one example of the necessity for the supplement of vitamins
- 3) one example of the dangers of the restricted diet
- 4) one example of the benefits of various vitamins

380 The disease “beriberi”

- 1) kills large numbers of western people
- 2) is a vitamin deficiency disease
- 3) is transmitted by diseased rice
- 4) can be caught from diseased chickens

381 The chickens Eijkman noticed in the hospital yard

- | | |
|---|--|
| 1) couldn't digest the huskless rice | 2) proved beriberi is transmitted by germs |
| 3) were later cooked for the patients' food | 4) were suffering from vitamin deficiency |

382 Huskless milled rice

- | | |
|---|-----------------------------------|
| 1) was less beneficial to the body than unmilled rice | 2) was cheaper than unmilled rice |
| 3) was more beneficial to the body than unmilled rice | 4) cured beriberi |

383 The ingredient missing from milled rice

- | | |
|----------------------------------|---|
| 1) was vitamin B | 2) did not affect the chickens |
| 3) was named the Eijkman vitamin | 4) has never been accurately identified |

- ۳۱۰۵ ما برای یک معجزه دعا کردیم اما سوختگی‌های او به قدری شدید بود که او جان سالم به در نبرد.
 (۱) کارکرد، عملکرد (۲) حقیقت، واقعیت (۳) معجزه، کار خارق‌العاده (۴) دلیل، علت
- ۳۱۰۶ آن سیاست‌مدار ایجاد یک اداره دولتی جدید را پیشنهاد کرد تا مسئول محیط زیست باشد.
 (۱) آفرینش، خلق؛ ایجاد (۲) پیش‌بینی؛ پیش‌گویی
 (۳) آموزش؛ آموزش و پرورش؛ تحصیلات (۴) پیشگیری، منع، جلوگیری
- ۴۱۰۷ بیمار یک هفته در گما بوده است و به نظر نمی‌رسد هیچ امیدی برای بهبودی داشته باشد.
 (۱) ضربان قلب (۲) بی‌نظمی، به هم ریختگی؛ اختلال، ناراحتی
 (۳) کارکرد، عملکرد (۴) بیمار
- ۳۱۰۸ بهترین راه دور نگه داشتن بچه‌هایتان از مواد مخدر خطرناک، آموزش دادن به آن‌ها است تا برای خودشان انتخاب‌های آگاهانه‌ای انجام دهند.
 (۱) متعادل کردن، متوازن کردن (۲) ممنوع کردن، قدغن کردن، منع کردن
 (۳) آموزش دادن، تعلیم دادن (۴) مخالفت کردن، موافق نبودن؛ با هم اختلاف داشتن
- ۴۱۰۹ علم و فناوری مدرن، انسان‌ها را قادر می‌سازند تا نیروهای طبیعی را به نحو کارآمدتری کنترل کنند.
 (۱) (مربوط به) پزشکی؛ دارویی (۲) علمی (۳) آموزنده؛ آموزشی (۴) طبیعی؛ ذاتی
- ۳۱۱۰ نباید اجازه بدهید اظهارنظرهای منفی او شما را ناراحت کند؛ او نمی‌داند در چه موردی حرف می‌زند.
 (۱) ذهنی؛ روحی (۲) جسمی، جسمانی؛ فیزیکی (۳) منفی (۴) اعتیادآور
- ۱۱۱۱ در حال حاضر مؤسسه ملی سرطان یک سیستم کامپیوتری دارد که می‌تواند اطلاعات را به سرعت فراهم کند.
 (۱) سریعاً، به سرعت (۲) به لحاظ روحی؛ از نظر ذهنی
 (۳) جدی؛ به شدت (۴) معمولاً؛ به طور کلی؛ قاعداً
- ۲۱۱۲ ما در اعماق وجودمان سرشار از احساس بودیم اما وقتی که مشغول کارمان شدیم از آن نشانه کمی وجود داشت.
 (۱) کارکرد، عملکرد (۲) احساس، عاطفه
 (۳) اختراع؛ ابداع (۴) مأموریت؛ هیئت‌اعزامی؛ هیئت‌مبلغین (مذهبی)
- ۱۱۱۳ مردم گاهی فراموش می‌کنند که در عوض فقط دستور دادن به بچه‌ها، مهم است که با آن‌ها به شیوه‌ای صحبت کنیم که احترام‌آمیز است.
 (۱) شیوه، روش؛ طرز رفتار (۲) تنوع، نوع، گونه (۳) عامل، فاکتور (۴) پیام، پیغام
- ۲۱۱۴ این‌که محصولات چه قدر خوب رشد خواهند کرد به کیفیت و وضعیت خاک بستگی دارد.
 (۱) تعریف (۲) شرط؛ وضع، وضعیت (۳) پایان، آخر؛ نتیجه (۴) پیش‌بینی؛ پیش‌گویی
- ۳۱۱۵ رژیم غذایی ژاپنی صرف‌نظر از این‌که آن‌ها کمی زیاد نمک مصرف می‌کنند، به وضوح کاملاً سالم است.
 (۱) سبک، شیوه (۲) مرحله، گام؛ [در تئاتر و غیره] صحنه
 (۳) غذا؛ رژیم (غذایی) (۴) پروتئین
- ۴۱۱۶ مردم می‌توانند با انجام هر فعالیت جسمانی که باعث می‌شود قلب سریع‌تر بتپد و ۱۵ دقیقه طول بکشد، در این برنامه شرکت کنند.
 (۱) قدم‌دو، دو (آهسته و با سرعت ثابت) (۲) سبک زندگی
 (۳) پیاده‌روی (طولانی مدت) (۴) فعالیت، کار
- ۱۱۱۷ بدن شما برای تولید گلبول‌های قرمز خون و سالم نگه داشتن دستگاه عصبی، به ویتامین ب ۱۲ نیاز دارد.
 (۱) عصبی؛ نگران، دلواپس (۲) متنوع، گوناگون، مختلف (۳) (مربوط به) پزشکی؛ دارویی (۴) خلاق؛ خلاقانه
- ◀ دستگاه عصبی: nervous system
- ۳۱۱۸ به او هشدار داده شده بود [که] در این محله صبح اول وقت دویدن خطرناک است؛ او نباید تنها بیرون می‌رفت.
 (۱) بی‌ضرر، بی‌زیان (۲) عصبی؛ نگران، دلواپس (۳) خطرناک، نامطمئن، ناامن (۴) جدی؛ خطرناک؛ حاد
- ۱۱۱۹ طوطی‌ها به ندرت واژگان بیش از بیست لغت را یاد می‌گیرند، در حالی‌که سایر پرندگان کم‌تر شناخته شده تا ۱۰۰ [کلمه] را یاد می‌گیرند.
 (۱) به ندرت، کم، ندرتاً (۲) کاملاً، به طور کامل
 (۳) صحیح و سالم؛ با اطمینان (کامل) (۴) به لحاظ اجتماعی

- ۳ ۱۲۰ بعضی از والدین فکر می‌کنند تلویزیون به بچه‌ها آسیب می‌زند اما سایرین آن را به عنوان سرگرمی بی‌ضرر در نظر می‌گیرند.
- ۱) پیش‌بینانه، پیشگویانه (۲) جسمی، جسمانی؛ فیزیکی (۳) بی‌ضرر، بی‌زیان (۴) ناسالم؛ ناخوش
۴ ۱۲۱ خلبان هواپیما به دلیل هوای بسیار بد، مجبور شد فرود اضطراری انجام دهد.
- ۱) راز، سرّ، معما (۲) تفریحی
۳) شرطی (۴) وضع فوق‌العاده، حالت اضطراری؛ [صفت‌گونه] اضطراری
۲ ۱۲۲ اگر به او بگویید چه اتفاقی افتاد، مطمئنم درک خواهد کرد؛ او مردی منطقی است.
- ۱) کارکردی، عملکردی (۲) منطقی، معقول (۳) ذهنی؛ روحی (۴) مؤثر، کارآمد، اثربخش
۲ ۱۲۳ آلبرت انیشتین یک‌بار گفت که زندگی مثل دوچرخه است؛ شما برای حفظ تعادل تان باید به حرکت ادامه دهید.
- ۱) کارکرد، عملکرد (۲) تعادل، توازن
۳) کار، عمل؛ فعالیت (۴) مأموریت؛ هیئت‌اعزامی؛ هیئت‌مبلغین (مذهبی)
۱ ۱۲۴ در سال ۱۹۷۷، فضایی‌های وویجر اولین عکس‌ها را از مشتری، زحل، اورانوس و نپتون گرفت.
- ۱) تصویر؛ عکس (۲) واقعه، رویداد (۳) سیستم، دستگاه، نظام (۴) شرط؛ وضع، وضعیت
۳ ۱۲۵ می‌توانم با اطمینان بگویم که امروز هیچ بحث بیشتری نخواهد بود.
- ۱) ظرفیت، گنجایش؛ قابلیت (۲) تجربه (۳) یقین، اطمینان (۴) حقیقت، واقعیت
۱ ۱۲۶ ما در جایگاهی نیستیم که هیچ شرطی بگذاریم؛ باید چیزی را که آن‌ها به ما پیشنهاد می‌کنند بپذیریم.
- ۱) شرط؛ وضع، وضعیت (۲) پروژه (۳) دلیل، علت (۴) تنوع؛ نوع، گونه
۲ ۱۲۷ ۶۷٪ از آن‌هایی که هرگز سیگار نمی‌کشیدند، گفتند [که] آن‌ها نگران آثار سلامتی سیگار کشیدن سایر افراد [بر خودشان] هستند.
- ۱) طبیعی؛ ذاتی (۲) سلامتی، تندرستی (۳) علمی (۴) بانفوذ؛ مؤثر، دارای تأثیر
۲ ۱۲۸ او در چرخ خرید خودش فقط چند تا چیز داشت، پس به او گفتم می‌تواند در صف صندوق جلوی من برود.
- ۱) آن‌سوی، فراسوی، آن طرف (۲) جلوی؛ جلوتر از؛ پیش از (۳) کنار، نزدیک (۴) دور، گرد، اطراف
۲ ۱۲۹ اگرچه بیشتر جزایر اقیانوس نقشه‌برداری شده‌اند، کف اقیانوس به طور کلی ناشناخته است.
- ۱) عمیقاً؛ به‌شدت (۲) معمولاً، به‌طور کلی؛ عموماً
۳) ذاتاً؛ به‌طور طبیعی (۴) به‌طور مؤثری، به‌نحو کارآمدی
۱ ۱۳۰ آن خانم نتوانست مردی را که کیف پول او را دزدید شناسایی کند، چون در زمان سرقت هوا خیلی تاریک بود.
- ۱) شناسایی کردن، شناختن (۲) درک کردن، فهمیدن
۳) فهمیدن، درک کردن (۴) اثر گذاشتن بر، تحت تأثیر قرار دادن
۱ ۱۳۱ اگرچه به‌طور کلی با دیدگاه‌های او موافق نیستم، باید اعتراف کنم که ممکن است او در این موضوع خاص حق داشته باشد.
- ۱) مخالفت کردن، موافق نبودن؛ باهم اختلاف داشتن (۲) سردرگم کردن، گیج کردن
۳) جلوگیری کردن از، پیشگیری کردن از، مانع ... شدن (۴) معاشرت کردن، رفت و آمد کردن
۳ ۱۳۲ من و جان بعد از فارغ‌التحصیلی از دانشگاه، بهترین دوستان [هم] شدیم و او با رفتارش من را به شدت تحت تأثیر قرار داد.
- ۱) بحث کردن درباره، گفت و گو کردن درباره (۲) بهبود بخشیدن؛ بهبود یافتن، بهتر شدن
۳) اثر گذاشتن بر، تحت تأثیر قرار دادن (۴) توصیه کردن به، نصیحت کردن (به)
۱ ۱۳۳ او چنان اعتیادی به سیگار داشت که در روز ۴۰ [بخ سیگار] می‌کشید و هرگز نمی‌توانست ترک کردن آن را تصور کند.
- ۱) اعتیاد (۲) نسبت؛ تناسب (۳) احساس، عاطفه (۴) وضع فوق‌العاده، حالت اضطراری
۲ ۱۳۴ مطالعات نشان داده‌اند که اگر بچه‌مدرسه‌ای‌ها صبحانه مناسبی نخورند، اغلب برای تمرکز کردن در کلاس دشواری دارند.
- ۱) عمومی، همگانی؛ جامع (۲) مناسب، متناسب؛ شایسته (۳) جدی؛ خطرناک؛ حاد (۴) مثبت
۱ ۱۳۵ مأموریت اصلی دانشمندان، رفتن به آن جنگل بارانی است تا کاربردهای دارویی احتمالی گیاهان آن‌جا را بررسی کنند.
- ۱) مأموریت؛ هیئت‌اعزامی؛ هیئت‌مبلغین (مذهبی) (۲) حقیقت، واقعیت
۳) مرحله، گام؛ [در تئاتر و غیره] صحنه (۴) سبک زندگی

- ۲ ۱۳۶ من همیشه بعد از تماشای اخبار تلویزیون به دلیل همه جنگ و گرسنگی [موجود] در جهان، احساس افسردگی می‌کنم.
 (۱) معتاد (۲) افسرده، غمگین (۳) متعادل، متوازن (۴) ممنوع، قدغن
- ۳ ۱۳۷ یکی از نکات منفی کار کردن در خانه، نداشتن ارتباط اجتماعی با سایر افراد است.
 (۱) متنوع، گوناگون، مختلف (۲) نسبی (۳) اجتماعی (۴) بی‌خانمان
- ۴ ۱۳۸ نگرانی هدر دادن کامل وقت است. آن هیچ چیز را عوض نمی‌کند. تمام کاری که انجام می‌دهد، دزدیدن شادی شما و مشغول ساختن شما با انجام دادن هیچ [کار مفید] است.
 (۱) تفریح (۲) فشار (۳) وضع فوق‌العاده، حالت اضطراری (۴) نگرانی؛ دغدغه
- ۳ ۱۳۹ پزشکان به امید این‌که او ممکن است بهبود پیدا کند، به او داروهای قوی‌تری دادند، اما او بعد از چند روز فوت کرد.
 (۱) متعادل، متوازن (۲) احساسی، عاطفی؛ احساساتی (۳) قوی، نیرومند (۴) نسبی
- ۲ ۱۴۰ شما باید خلاق تر باشید. صرف تکرار پژوهش‌های سایر افراد را نمی‌توان پژوهش علمی واقعی نامید.
 (۱) جسمی، جسمانی؛ فیزیکی (۲) علمی (۳) مکرر، متعدد؛ معمول (۴) غیرمستقیم؛ [پاسخ] غیر صریح، تلویحی
- ۴ ۱۴۱ متخصصان سلامت توصیه می‌کنند که یک شخص معمولی باید پروتئین را ۱۵ تا ۲۰ درصد از رژیم غذایی‌اش بکند.
 (۱) کالری (۲) سبک زندگی (۳) نسبت؛ تناسب (۴) پروتئین
- ۲ ۱۴۲ در تمامی فرایندهای طبیعی، انرژی هرگز ایجاد یا نابود نمی‌شود، بلکه آن صرفاً از شکلی به شکل دیگر تغییر شکل می‌دهد.
 (۱) پیش‌بینی کردن؛ پیش‌گویی کردن (۲) خلق کردن، به وجود آوردن؛ ایجاد کردن (۳) قادر ساختن، توانایی دادن به، امکان دادن به (۴) اختراع کردن؛ ابداع کردن
- ۴ ۱۴۳ مطالعات نشان می‌دهند که فعالیت جسمانی منظم، خلق و خو را بهبود می‌بخشد، به کم کردن استرس کمک می‌کند و احساس سلامت را افزایش می‌دهد.
 (۱) ضربان قلب (۲) شرط؛ وضع، وضعیت (۳) بی‌نظمی، به هم‌ریختگی؛ اختلال، ناراحتی (۴) استرس، فشار روحی
- ۳ ۱۴۴ به طور کلی، ارتباط بین پزشکان و بیماران آن‌ها، مهم‌ترین بخش درمان پزشکی است.
 (۱) بی‌نظمی، به هم‌ریختگی؛ اختلال، ناراحتی (۲) تنوع؛ نوع، گونه (۳) عمومی، همگانی؛ جامع (۴) عادت
 ◀ به طور کلی، کلاً؛ عموماً: in general
- ۲ ۱۴۵ هم آقا و هم خانم کریمی نگران پسرشان هستند چون او زندگی را جدی نمی‌گیرد.
 (۱) به طور منظم، منظم، به طور مرتب (۲) به‌شدت، سخت؛ جدی (۳) از نظر احساسی، از نظر عاطفی؛ از روی احساسات (۴) راحت، به راحتی، به آسودگی
 ▶ کسی / چیزی را جدی گرفتن: take sb/sth seriously
- ۱ ۱۴۶ کارمندی که در پروژه نقش فعالی را بر عهده می‌گیرند، بیشتر احساس مشارکت و در مورد نتایج [احساس] مسئولیت می‌کنند.
 (۱) فعال، کاری، پرکار (۲) عمومی، همگانی؛ جامع (۳) محدود (۴) متنوع، گوناگون، مختلف
- ۴ ۱۴۷ طبق یک نظرسنجی جدید، ۴۹ درصد از پدران ایرانی، خودشان را از پدرانشان به عنوان والدین بهتری توصیف کردند.
 (۱) پیش‌بینی کردن؛ پیش‌گویی کردن (۲) اثر گذاشتن بر، تحت تأثیر قرار دادن (۳) سردرگم کردن، گیج کردن (۴) توصیف کردن، شرح دادن
- ۱ ۱۴۸ دکتر گفت که از وقتی که آن‌ها به بیمار داروهای جدیدی را تجویز کردند، سلامت او دائماً بهبود یافته است.
 (۱) بهبود یافتن، بهتر شدن؛ بهبود دادن (۲) اثر گذاشتن بر / در (۳) خلق کردن، به وجود آوردن؛ ایجاد کردن (۴) عجله کردن؛ شتاب کردن؛ با عجله رفتن؛ به عجله واداشتن
- ۴ ۱۴۹ خوشبختانه تلاش دوم من برای تهیه طرح کلی کتاب، از [تلاش] اولم کارآمدتر بود.
 (۱) احساسی، عاطفی؛ احساساتی (۲) شرطی (۳) منعکس شده (۴) مؤثر، کارآمد، اثربخش

◀ هر دو قید for (برای، به مدت) و since (از، از وقتی که) می‌توانند به همراه زمان حال کامل (در این تست haven't enjoyed) به کار روند؛ با این تفاوت که for طول عمل (در این تست two weeks) را نشان می‌دهد، اما since مبدأ عمل در گذشته (I heard that my final exam grades were low) را مورد اشاره قرار می‌دهد.

تعبیر کردم که او بدون خداحافظی کردن با کسی رفت. ۳ ۲۳۹

◀ بعد از حروف اضافه (مثل without) در این تست) فعل به صورت ینگ‌دار مورد استفاده قرار می‌گیرد.

آیا می‌توانید تصور کنید که مشهور باشید و پول کافی داشته باشید تا هر کاری را که دوست دارید انجام دهید؟ ۱ ۲۴۰

◀ بعد از فعل imagine (تصور کردن) فعل دوم به صورت اسم مصدر (ing) به کار می‌رود. دقت کنید که در این جمله، بعد از اسم مصدر در جای خالی اول (being)، کلمه هم‌پایه‌ساز and را داریم و بنابراین فعل دوم هم باید ing‌دار شود.

A: «آیا تاکنون به پل گلدن‌گیت در سانفرانسیسکو رفته‌اید؟» ۱ ۲۴۱

B: «نه، هرگز.»

◀ با توجه به مفهوم جمله و این‌که از ever (تا به حال، تاکنون) معمولاً در جملات حال کامل سؤالی یا منفی استفاده می‌شود و never (هرگز) در جملات حال کامل مثبت به کار می‌رود تا بگوییم عمل تاکنون هرگز انجام نشده است، گزینه (۱) صحیح است. دقت کنید که جمله B در صورت تست، شکل مخفف جمله زیر است:

No, I have never been to the Golden Gate Bridge in San Francisco.

قبول شدن در آزمون ورودی دانشگاه در این تابستان هدف من است. متأسفانه تاکنون دو بار در آن رد شده‌ام. ۳ ۲۴۲

◀ در صورتی که بخواهیم فعل را در جایگاه فاعل جمله به کار ببریم، باید آن را ing‌دار کنیم تا به اسم مصدر تبدیل شود. علاوه بر این، در درس بعدی هم خواهید خواند که در این کاربرد به جای اسم مصدر، از مصدر با to هم می‌توان استفاده کرد؛ بنابراین برای کامل کردن جای خالی اول، از موارد موجود در هر چهار گزینه می‌توان استفاده کرد!

در مورد جای خالی دوم دقت کنید که قید ever since (از آن زمان) نشان‌دهنده مبدأ عمل در زمان حال کامل است و طبق مفهوم جمله، در این جا نمی‌تواند صحیح باشد. اما already (تا همین حالا؛ قبلاً) به همراه زمان حال کامل استفاده می‌شود تا نشان دهد عمل در زمان نامشخصی از گذشته انجام شده است و طبق مفهوم جمله، در این مورد کاربرد دارد. علاوه بر این، گزینه (۲) از دو جهت نمی‌تواند صحیح باشد: اولاً در این گزینه به جای قسمت سوم فعل (failed)، از شکل ساده فعل (fail) استفاده شده؛ و ثانیاً already بین دو بخش فعل حال کامل قرار می‌گیرد، نه پیش از آن. چرا برای همه غذای کافی نداریم؟ فکر کردم امروز صبح برای خرید رفتید. ۳ ۲۴۳

◀ در صورتی که فعل در زمان مشخصی از گذشته انجام شده باشد و زمان انجام فعل (در این تست this morning) در جمله مشخص شده باشد، برای آن از فعل گذشته ساده استفاده می‌کنیم، نه حال کامل یا زمان‌های دیگر؛ بنابراین گزینه‌های (۲) و (۴) به دلیل استفاده از حال کامل و حال کامل استمراری و گزینه (۱) به دلیل استفاده از حال استمراری نمی‌توانند صحیح باشند. دقت کنید که بعد از go در بعضی افعال ورزشی، تفریحی و حرکتی، فعل دوم ing‌دار می‌شود.

او در هفت کشور مختلف زندگی کرده است، بنابراین در مورد فرهنگ‌های مختلف اطلاعات زیادی دارد. ۱ ۲۴۴

◀ جای خالی اول به تجربیات زندگی شخص از ابتدا تا کنون اشاره دارد و برای آن به فعل حال کامل (در این مورد has lived) نیاز داریم. در مورد جای خالی دوم توجه کنید که know (دانستن، اطلاع داشتن) جزء افعال حالت است و کاربرد آن به صورت استمراری صحیح نیست.

من و بهترین دوستم، بیشتر از پانزده سال است که همدیگر را می‌شناسیم. ما هنوز هفته‌ای یک بار همدیگر را می‌بینیم. ۱ ۲۴۵

◀ اصلی‌ترین کاربرد زمان حال کامل برای اشاره به عملی است که در زمان مشخصی از گذشته (در این تست بیشتر از پانزده سال قبل) شروع شده و تاکنون به‌طور پیوسته یا متناوب ادامه داشته است. دقت کنید که for (برای، به مدت) جزء اصلی‌ترین قیدهایی است که می‌تواند به همراه زمان حال کامل استفاده شود و نشان می‌دهد عمل چه مدتی ادامه داشته است. جای خالی دوم به عملی اشاره دارد که همواره از روی عادت انجام می‌شود و بنابراین برای اشاره به آن، از فعل حال ساده (در این مورد get) استفاده می‌کنیم.

دیروز کلیدم را گم کردم، پس نتوانستم وارد خانه شوم. در نهایت، آن را در جیب کتم پیدا کردم. ۱ ۲۴۶

◀ با توجه به این‌که بعد از جای خالی اول، زمان انجام فعل در گذشته (yesterday) مشخص شده است، برای آن از فعل گذشته ساده (lost) استفاده می‌شود؛ بنابراین در بین گزینه‌ها، فقط گزینه‌های (۱) و (۴) می‌توانند صحیح باشند. دقت کنید که فعل مورد استفاده در جای خالی دوم هم به زمان گذشته اشاره دارد؛ پس در این مورد هم از فعل گذشته ساده (found) استفاده می‌کنیم، نه فعل حال استمراری (am finding).

از دهه ۱۹۶۰، گردشگری به یکی از مهم‌ترین منابع درآمد اسپانیا تبدیل شده است. ۲ ۲۴۷

◀ اصلی‌ترین کاربرد زمان حال کامل برای اشاره به عملی است که در زمان مشخصی از گذشته (در این تست دهه ۱۹۶۰) شروع شده و تاکنون به طور پیوسته یا متناوب ادامه داشته است. دقت کنید که *since* (از، از وقتی که) جزء اصلی‌ترین قیدهایی است که می‌تواند به همراه زمان حال کامل استفاده شود و مبدأ عمل را در گذشته نشان می‌دهد. در مورد جای خالی دوم نیز توجه کنید که *income* (درآمد) در این مورد یک اسم غیرقابل شمارش است و جمع بستن آن با *s* نمی‌تواند صحیح باشد.

۴ ۲۴۸

وسایل را روی طبقه بالا قرار نمی‌دهیم، چون بدون ایستادن روی میز دستمان به آن‌ها نمی‌رسد.

◀ با توجه به مفهوم جمله، فعل وجهی *can* (توانستن) را به شکل منفی نیاز داریم. علاوه بر این، دقت کنید که بعد از حروف اضافه (مثل *without* در این تست)، فعل به صورت *ing*‌دار به کار می‌رود.

۲ ۲۴۹

بالاخره نوشتن اولین رمان خودم را تمام کرده‌ام. آن باید تابستان منتشر شود.

◀ در صورتی که عملی در گذشته انجام شده باشد، ولی نتایج و آثار آن (در این تست آماده چاپ بودن رمان)، تا همین الان ادامه داشته باشد، برای آن از زمان حال کامل استفاده می‌کنیم. بعد از فعل *finish* (تمام کردن) هم فعل دوم به صورت اسم مصدر (*ing*‌دار) به کار می‌رود.

۲ ۲۵۰

سه بار ورزش کردن در هفته و داشتن رژیم غذایی سالم، بهترین راه‌های سالم نگه داشتن قلبتان هستند.

◀ اگر بخواهیم از فعل در ابتدای جمله و در جایگاه فاعل استفاده کنیم، باید آن را *ing*‌دار کنیم. دقت کنید که در این جمله، هم *exercise* و هم *have* در جایگاه فاعل جمله به کار رفته‌اند و در نتیجه هر دو *ing*‌دار می‌شوند. علاوه بر این، با توجه به این‌که در این جمله، دو اسم مصدر (*exercising* و *having*) در جایگاه فاعل جمله قرار دارند، فاعل جمع به حساب می‌آید و بعد از آن، فعل به صورت جمع (*are*) به کار می‌رود، نه مفرد (*is*).

۲ ۲۵۱

پلیس از زمانی که او از زندان فرار کرد، به مدت دو هفته دنبال او گشته است.

◀ قید *since* (از، از وقتی که) جزء اصلی‌ترین نشانه‌های زمان حال کامل (یا در مورد این تست حال کامل استمراری) است و اگر به همراه زمان حال کامل (یا حال کامل استمراری) استفاده شود، نشان‌دهنده مبدأ و زمان آغاز عمل در گذشته خواهد بود. طبیعتاً با توجه به این‌که مبدأ عمل، بیان‌کننده فعلی است که در گذشته انجام شده و به پایان رسیده است، برای آن از فعل گذشته ساده (در این تست *escaped*) استفاده می‌کنیم، نه فعل حال کامل (*has escaped*).

بیشتر بدانیم: همان‌طور که احتمالاً متوجه شدید، در بخش اول این تست، به جای «زمان حال کامل»، «زمان حال کامل استمراری» را داشتیم. هرچند در کتاب درسی‌تان فقط «زمان حال کامل» آموزش داده شده است، با توجه به شباهت این دو زمان و احتمال کاربرد زمان حال کامل استمراری در کنکور، در تعدادی از تست‌های این درس، با این زمان آشنا می‌شویم. زمان حال کامل استمراری، از نظر کاربرد، تقریباً مشابه زمان حال کامل (*have / has + p. p.*) است و البته در کنار تمام ویژگی‌های زمان حال کامل، استمرار داشتن عمل را هم مورد اشاره قرار می‌دهد. برای درست کردن این زمان، کافی است از ساختار «فعل *ing*‌دار + *have / has + been*» استفاده کنید.

۲ ۲۵۲

پدرم تمام زندگی‌اش سخت کار کرده است. او الان پنجاه سال دارد و هنوز فعال است.

◀ اصلی‌ترین کاربرد زمان حال کامل برای اشاره به عملی است که در گذشته شروع شده و تاکنون به‌طور پیوسته یا متناوب ادامه داشته است؛ بنابراین در جای خالی اول به فعل حال کامل (در این مورد *has worked*) نیاز داریم. در مورد جای خالی دوم نیز دقت کنید که بعد از فعل *to be* (در این تست *is*)، از صفت (*active*) استفاده می‌شود، نه قید حالت (*actively*).

۱ ۲۵۳

برای انجام کاری که هرگز انجام نداده‌اید، باید شخصی بشوید [که] هرگز نبوده‌اید.

◀ از قید *never* (هرگز) می‌توانیم در جملات حال کامل به همراه فعل مثبت استفاده کنیم تا بگوییم عملی تاکنون هرگز انجام نشده است. با توجه به مفهوم جمله، در این تست در هر دو مورد از *never* استفاده می‌کنیم.

۱ ۲۵۴

کدام یک از موارد زیر از نظر گرامری غلط است؟

(۱) خواهرم هنوز درس می‌خواند. او هنوز تکالیفش را تمام نکرده است. (۲) ما هنوز در مورد تاریخ عروسی تصمیم نگرفته‌ایم.

(۳) آن‌ها از وقتی بچه بودند، بهترین دوستان [هم] بوده‌اند. (۴) دیکشنری خودم را به دیو قرض دادم و هنوز آن را پس نگرفته‌ام.

◀ قید *since* (از، از وقتی که) جزء اصلی‌ترین نشانه‌های زمان حال کامل است و اگر به همراه زمان حال کامل استفاده شود، نشان‌دهنده مبدأ و زمان آغاز عمل در گذشته خواهد بود؛ بنابراین کاربرد *since* در گزینه (۳) صحیح است. قید *yet* (هنوز؛ تا حالا) هم می‌تواند در جملات حال کامل منفی یا سؤالی استفاده شود و در صورت استفاده به همراه فعل حال کامل منفی، نشان می‌دهد عمل هنوز انجام نشده است؛ بنابراین کاربرد *yet* هم در گزینه‌های (۲) و (۴) صحیح است. اما در گزینه (۱) با توجه به مفهوم جمله و کاربرد فعل حال کامل منفی (*hasn't finished*)، به جای *since* باید از *yet* استفاده کنیم.

۲ ۲۵۵

آن شش ماه قبل به کانادا رفت. او مدتی در کانادا کار کرد و سپس به ایالات متحده رفت.

◀ هر سه فعل به کار رفته در جاهای خالی، در زمان‌های مشخصی از گذشته انجام شده‌اند و به پایان رسیده‌اند و اثرات این افعال هم تاکنون ادامه نداشته است؛ بنابراین در هر سه مورد از فعل گذشته ساده استفاده می‌کنیم.

۳ ۲۵۶

A: «چه کفش‌های زیبایی! چه مدت آن‌ها را داشته‌اید؟»

B: «آن‌ها را هفته قبل خریدم.»

◀ با توجه به مفهوم جملات، گوینده جمله A سؤال می‌کند که شخص B از گذشته تا حالا چه مدتی یک جفت کفش را داشته است؛ بنابراین اولاً از how long (چه مدت) برای سؤال کردن استفاده می‌شود، نه when (چه زمانی، کی)؛ و ثانیاً در جمله به فعل حال کامل نیاز داریم، نه فعل گذشته ساده.

۲ ۲۵۷

دانا گوش کن، برایم مهم نیست که امروز صبح به اتوبوس نرسیدی. دفعات بسیار زیادی دیر به سر کار آمده‌ای. تو اخراجی!

◀ در جای خالی اول، فعل در زمان مشخصی از گذشته (در این مورد this morning) انجام شده و زمان انجام فعل هم به‌طور صریح مشخص شده است؛ بنابراین برای آن از فعل گذشته ساده (missed) استفاده می‌کنیم. اما جای خالی دوم، اصلی‌ترین کاربرد زمان حال کامل است؛ یعنی عملی که در زمان مشخصی از گذشته شروع شده و تاکنون به‌طور پیوسته یا متناوب ادامه داشته است.

۴ ۲۵۸

پارسال خانه جدیدی خریدم، اما هنوز خانه قدیمی‌ام را نفروخته‌ام، پس در حال حاضر دو تا خانه دارم.

◀ در جای خالی اول، فعل در زمان مشخصی از گذشته (در این مورد last year) انجام شده و زمان انجام فعل هم به‌طور صریح مشخص شده است؛ بنابراین برای آن از فعل گذشته ساده (bought) استفاده می‌کنیم. اما در جای خالی دوم، با توجه به مفهوم جمله و نیز کاربرد قید yet (هنوز؛ تا حالا) که معمولاً در جملات حال کامل منفی یا پرسشی به کار می‌رود، فعل حال کامل را به‌صورت منفی نیاز داریم.

۴ ۲۵۹

همه در محله در جست‌وجو برای بچه گم‌شده شرکت کردند.

◀ حرف اضافه مناسب برای take part (شرکت کردن، حضور یافتن)، in است و بعد از حروف اضافه، فعل به‌صورت ing دار به‌کار می‌رود.

۴ ۲۶۰

فکر کنم پیشخدمت ما را فراموش کرده است. ما بیش از نیم ساعت این‌جا منتظر بوده‌ایم و هنوز هیچ‌کس سفارش ما را نگرفته است.

◀ اصلی‌ترین کاربرد زمان حال کامل برای اشاره به عملی است که در زمان مشخصی از گذشته (در این تست نیم ساعت قبل) شروع شده و تاکنون به‌طور پیوسته یا متناوب ادامه داشته است. دقت کنید که در جای خالی دوم، به دلیل اشاره به طول عمل (over half an hour)، از for استفاده می‌شود، نه since. در مورد جای خالی سوم نیز هرچند که ظاهر فعل حال کامل (has taken) مثبت است، اما به دلیل کاربرد nobody (هیچ‌کس)، جمله از نظر معنایی منفی است و در پایان جمله از yet (هنوز؛ تا حالا) استفاده می‌کنیم.

۲ ۲۶۱

دانشمندان اخیراً شواهد جدیدی یافته‌اند که حکایت از این موضوع دارند که یک انفجار بزرگ منجر به مرگ دایناسورها شد.

◀ از حال کامل می‌توانیم برای اشاره به عملی استفاده کنیم که در گذشته انجام شده، اما از زمان انجام آن مدت زمان بسیار اندکی گذشته است. اغلب همراه این کاربرد حال کامل از recently (اخیراً، به تازگی) یا just (تازه، همین‌حالا) استفاده می‌شود.

۲ ۲۶۲

اگرچه در شش سال گذشته انگلیسی را در مدرسه خوانده‌ام، هنوز در صحبت کردن آن مهارت ندارم.

◀ در صورتی که good در معنی «مهارت داشتن» به کار رود، حرف اضافه آن at خواهد بود و بعد از حروف اضافه هم فعل ing دار می‌شود. ضمیر مفعولی آخر جمله هم که جایگزین اسم مفرد English (زبان انگلیسی) شده و در نتیجه آن را به‌صورت مفرد (it) نیاز داریم، نه جمع (them).

۲ ۲۶۳

شما نمی‌توانید آن چیزی را که قبلاً اتفاق افتاده تغییر دهید. پس وقتتان را برای فکر کردن در مورد آن هدر ندهید. [به زندگی] ادامه دهید، [آن را] رها کنید و آن را فراموش کنید.

◀ برای نشان دادن این که عملی در زمان نامشخصی از گذشته انجام شده است، از already استفاده می‌کنیم، نه yet. علاوه بر این، already در این معنی، بین دو بخش فعل حال کامل قرار می‌گیرد. در واقع با توجه به همین دو نکته ساده هم می‌توانستید گزینه صحیح را پیدا کنید و اصلاً نیازی به تحلیل گزینه‌های پیچیده این تست نبود!

۴ ۲۶۴

بعضی از مردم فکر می‌کنند که خوردن گریپ‌فروت به همراه هر وعده غذایی به شما کمک خواهد کرد وزن کم کنید.

◀ در جای خالی اول، فعل eat در جایگاه فاعل قرار گرفته و نقش اسم دارد؛ بنابراین باید آن را ing دار کنیم. عبارت lose weight (وزن کم کردن) در پایان جمله هم که شکل ثابتی دارد و قابل تغییر نیست؛ چرا که بعد از فعل متعدی lose (از دست دادن؛ [وزن] کم کردن) به اسم (weight) نیاز است، نه فعل (weigh).

۱ ۲۶۵

تمام صبح را برای گشتن دنبال هدیه مناسب گذراندم، اما دست خالی به خانه برگشتم.

◀ بعد از فعل spend (در معنی گذراندن وقت) فعل دوم به‌صورت اسم مصدر (ing دار) به‌کار می‌رود.

۲ ۲۶۶ این خانه به نحو عجیبی آشنا به نظر می‌رسد، هرچند می‌دانم [که] قبلاً هرگز به آن جا نرفته‌ام.

◀ فعل look (در معنی به نظر رسیدن) فعل حالت به حساب می‌آید و یدار نمی‌شود. در مورد جای خالی دوم دقت کنید که طبق معنی جمله، در آن باید از قید never (هرگز) استفاده کنیم، نه ever (تا به حال، تاکنون).

۳ ۲۶۷ در امتداد خیابان راه می‌رفتم که ناگهان صدای پاهایی را پشت سرم شنیدم. یک نفر دنبال می‌کرد. ترسیده بودم و شروع به دویدن کردم.

◀ در صورتی که در زمان گذشته عملی در حال انجام بوده باشد و در این بین به‌طور ناگهانی عمل دیگری انجام شود، برای اشاره به عمل طولانی‌تر، از گذشته استمراری (was walking) و برای اشاره به عمل کوتاه‌تر، از زمان گذشته ساده (در این تست heard) استفاده می‌شود. جای خالی سوم هم به عملی اشاره دارد که در زمان مشخصی از گذشته انجام و تمام شده است و اثرات این فعل هم تاکنون ادامه ندارد؛ پس در این مورد از فعل گذشته ساده (started) استفاده می‌کنیم.

۲ ۲۶۸ به گردش دریایی رفتن و صعود از کوه راشمور، برنامه‌های تعطیلات تابستانی ریچل بودند.

◀ اگر بخواهیم از فعل در ابتدای جمله و در جایگاه فاعل استفاده کنیم، باید آن را یدار کنیم. دقت کنید که در این جمله، هم go و هم climb در جایگاه فاعل جمله به‌کار رفته‌اند و در نتیجه هر دو یدار می‌شوند. علاوه بر این، با توجه به این که در این جمله، دو اسم مصدر (going و climbing) در جایگاه فاعل جمله قرار دارند، فاعل جمع به حساب می‌آید و بعد از آن، فعل به‌صورت جمع (were) به‌کار می‌رود، نه مفرد (was).

۱ ۲۶۹ این قلعه از قرن شانزدهم این‌جا بوده است و واقعاً تغییر نکرده است؛ آن در آزمایش زمان سالم مانده است.

◀ در این تست، سه فعل داریم که همگی از زمان مشخصی در گذشته (در این مورد قرن شانزدهم) تاکنون وجود داشته‌اند؛ بنابراین در هر سه مورد از فعل حال کامل (has been / hasn't changed / has stood) استفاده می‌کنیم. دقت کنید که قید since (از، از وقتی‌که) جزء اصلی‌ترین نشانه‌های زمان حال کامل است و اگر به همراه زمان حال کامل استفاده شود، نشان‌دهنده مبدأ و زمان آغاز عمل در گذشته خواهد بود. بد نیست بدانید که عبارت stand the test of time در آخر جمله، به معنی «در آزمایش زمان سالم ماندن» است.

۱ ۲۷۰ این سفر فقط باید حدود ۳۰ دقیقه طول بکشد، اما معمولاً در عمل حدود یک ساعت طول می‌کشد.

◀ بعد از افعال وجهی (مثل should در این تست)، فعل اصلی به شکل ساده به‌کار می‌رود؛ بنابراین گزینه (۲) به دلیل استفاده از takes برای جای خالی اول صحیح نیست. در مورد جای خالی دوم دقت کنید که in practice (در عمل، عملاً) یک ترکیب ثابت است و چون practice نقش اسم دارد، اصلاً نمی‌توانیم آن را یدار کنیم.

۴ ۲۷۱ روبرتا از این‌که هر روز همان کار تکراری را انجام دهد، دارد خسته می‌شود. فکر کنم او قصد دارد کارش را ترک کند.

◀ tired (خسته) به حرف اضافه نیاز دارد و حرف اضافه مناسب برای آن of است، نه from؛ بنابراین با توجه به موارد موجود برای جای خالی اول، یکی از گزینه‌های (۲) یا (۴) می‌تواند صحیح باشد. در جای خالی دوم، be going to برای بیان انجام کار در آینده با قصد و برنامه‌ریزی قبلی به‌کار رفته است و بعد از آن هم به شکل ساده فعل (در این مورد quit) نیاز داریم. دقت کنید که عبارت day in and day out به معنی «روزهای پایپی، هر روز» است.

۳ ۲۷۲ آن مرد نیم‌ساعت گذشته را در ایستگاه اتوبوس ایستاده است. به او بگویم که آخرین اتوبوس قبلاً رفته است؟

◀ since (از، از وقتی‌که) و for (برای، به مدت) هر دو قیدهایی هستند که می‌توانند به همراه زمان حال کامل (یا در مورد این تست حال کامل استمراری) به کار روند. اما با توجه به این‌که در این جمله، قید به طول عمل از گذشته تاکنون (the last half hour) اشاره دارد، در این مورد از for استفاده می‌کنیم، نه since. در مورد جای خالی دوم نیز توجه کنید که از already (تا همین حالا؛ قبلاً) به همراه زمان حال کامل استفاده می‌شود تا نشان دهد عمل در زمان نامشخصی از گذشته انجام شده است. با توجه به این‌که در این تست، زمان رفتن آخرین اتوبوس مشخص نشده است، در جای خالی دوم از already استفاده می‌کنیم.

۲ ۲۷۳ ترک کردن سیگار آسان‌ترین چیز در جهان است. [این موضوع را] می‌دانم چون که آن را هزاران بار انجام داده‌ام!

◀ در صورتی که بخواهیم فعل را در جایگاه فاعل جمله قرار دهیم، باید آن را یدار کنیم تا به اسم مصدر تبدیل شود. البته همان‌طور که در درس بعدی هم خواهیم خواند، در این مورد کاربرد مصدر با to هم می‌تواند صحیح باشد؛ بنابراین giving up و to give up در هر چهار گزینه بدون مشکل هستند. بعد از فعل give up (ترک کردن؛ رها کردن) فعل دوم به‌صورت اسم مصدر (sing) به‌کار می‌رود. در نهایت دقت کنید که فاعل این جمله فقط یک اسم مصدر (giving up) است و smoking نقش مفعول فعل give up را دارد؛ پس چون فاعل جمله از یک اسم مصدر تشکیل شده، مفرد به حساب می‌آید و بعد از آن از فعل مفرد (is) استفاده می‌کنیم، نه فعل جمع (are).

۳ ۲۷۴ متأسفانه پایم شکسته است، پس آخر این هفته نمی‌توانم با دوستانم به اسکی بروم.

متن کلوز ۱

در سال ۲۰۰۳، گروه کاری محیط زیست، نه نفر را مورد مطالعه قرار داد تا [میزان] مواد شیمیایی [موجود] در بدن هایشان را اندازه بگیرد. این نه نفر در بدن هایشان به طور متوسط پنجاهوسه ماده شیمیایی سرطانزا داشتند. آن‌ها هم چنین به طور متوسط شصت و دو ماده شیمیایی داشتند که می‌توانند به مغز آسیب بزنند و پنجاه و پنج [ماده شیمیایی] داشتند که در زنان باردار می‌توانند به نوزاد آسیب بزنند. اگرچه مواد شیمیایی زیادی در بدن انسان‌ها یافت شد، مقدار آن‌ها آن قدر کم بود که احتمالاً به افراد آسیب نمی‌رسانند. با وجود این، دانشمندان نگران هستند، چرا که بیشتر این مواد شیمیایی توسط انسان‌ها به وجود آمدند و هفتادوپنج سال قبل وجود نداشتند. این [امر] ثابت می‌کند که ما تنها جهان را آلوده نکرده‌ایم؛ ما بدن‌های خودمان را [هم] آلوده کرده‌ایم!

۴۳۰۷ ◀ در بین دو بخش اعداد دو بخشی از بیست و یک تا نودونه، (مثل fifty-three در این تست)، حتماً باید یک خط تیره کوچک قرار گیرد؛ بنابراین یکی از گزینه‌های (۲) یا (۴) می‌تواند صحیح باشد. دقت کنید که cancer-causing (سرطانزا) نقش صفت را برای chemicals (مواد شیمیایی) دارد و در زبان انگلیسی، صفت پیش از اسم قرار می‌گیرد.

۳۳۰۸ ◀ chemicals (مواد شیمیایی) اسم قابل شمارش جمع است؛ بنابراین کاربرد too much قبل از آن صحیح نیست. very few (تعداد خیلی کم) به تعداد بسیار اندک اشاره دارد و از نظر معنایی در این جا صحیح نیست. lots در گزینه (۴) هم که بدون of نمی‌تواند صحیح باشد. بنابراین در بین گزینه‌ها، فقط a lot of هم از نظر گرامری و هم از نظر معنایی می‌تواند صحیح باشد.

- | | | | |
|---------------------|--------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|
| ۱) شاید، احتمالاً | ۲) به ندرت | ۳) عمیقاً، به شدت | ۴) به لحاظ روحی؛ از نظر ذهنی |
| ۱) نگران، دلوپس | ۲) علاقه‌مند | ۳) گیج، سردرگم، آشفته | ۴) کسل، خسته |
| ۱) چسبیدن؛ چسبانیدن | ۲) خراب کردن، ویران کردن؛ نابود کردن | ۳) اندازه گرفتن، اندازه‌گیری کردن | ۴) وجود داشتن، بودن |

متن کلوز ۲

به عبارت کاملاً ساده: اگر می‌خواهید وزن کم کنید، باید غذای روزانه شما اندکی کم‌تر از حد طبیعی باشد. اگر اضافه‌وزن دارید، مهم نیست که ممکن است این مشکل چه قدر جدی به نظر برسد، میزان کافی از غذاهای مناسب را نیاز دارید تا برای فعالیت‌های روزانه‌تان انرژی کافی را فراهم کنید. اگر کمبود وزن دارید و می‌خواهید [وزن] اضافه کنید، غذا خوردن شما باید بیشتر از حد طبیعی باشد [و] شامل غذاهایی خواهد بود که بافت عضلانی پرورش خواهند داد و نه چربی. مشکل شما هرچه که باشد، اولین چیزی [که] باید یاد بگیرید انجام دهید، غذا خوردن در زمان‌های مشخص است.

- | | | | |
|---|---|------------------------|-------------------------|
| ۱) کسب کردن، به دست آوردن | ۲) نگاه داشتن؛ برقرار کردن | ۳) بردن؛ گرفتن | ۴) از دست دادن؛ گم کردن |
| ◀ وزن کم کردن، لاغر شدن: lose weight | | | |
| ◀ وزن اضافه کردن، چاق شدن: gain weight | | | |
| ۱) مطمئن؛ مسلم، حتمی؛ خاص | ۲) عصبی؛ نگران، دلوپس | ۳) جدی؛ خطرناک؛ حاد | ۴) فعالیت، کار؛ عمل |
| ۳) مثبت، امیدوارکننده؛ رضایت بخش | ۱) حقیقت، واقعیت | ۲) سیستم | ۳) سبک زندگی |
| ۱) برای | ۲) در، درون | ۳) زیر، کم‌تر از | ۴) بالای؛ بیشتر از |
| ۱) جلوگیری کردن از، پیشگیری کردن از، مانع ... شدن | ۲) ساختن، درست کردن؛ [اندام، عضله] پروردن | ۳) مقایسه کردن، سنجیدن | ۴) مقایسه کردن، سنجیدن |

متن کلوز ۳

بسیاری از مردم در مورد فست‌فود فقط به عنوان غذای سریع و آسان فکر می‌کنند. اما بیشتر [غذاهای] فست‌فود، میزان بالایی از کالری، قند، چربی و سدیم (نمک) دارند. این غذاها اغلب میزان ویتامین و مواد معدنی پایینی هم دارند. چربی بسیاری از اقلام [فست‌فود] یا اشباع شده است یا چربی ترانس. هر دو این انواع چربی، سرخرگ‌های شما را مسدود می‌کنند. خوردن رژیم غذایی ثابت فست‌فود می‌تواند به مشکلات سلامتی بلندمدت، هم چون بیماری قلبی، سرطان و چاقی منجر شود. بعضی از غذاهایی که در رستوران‌های فست‌فود سرو می‌شوند، سالم به نظر می‌رسند، اما آن‌ها [سالم] نیستند. برای مثال، ساندویچ مرغ (کاملاً سرخ‌شده) که با [سس] مایونز سرو می‌شود، بیش از ۵۰۰ کالری، ۲۶ گرم چربی و ۱۲ گرم چربی اشباع شده دارد. آن یک سوم [میزان] کالری و چربی است [که] بیشتر بچه‌ها در یک روز کامل نیاز دارند!

۱) ویتامین	۲) غذا؛ وعده غذا	۳) اندازه؛ اقدام	۴) [غذا] پُرس
۱) غذا؛ رژیم (غذایی)	۲) طرز، شیوه، سبک	۳) نوع؛ گونه	۴) نقطه؛ نکته؛ نوک
◀ اگر بخواهیم از فعل در ابتدای جمله و در جایگاه فاعل استفاده کنیم، باید آن را ing دار (اسم مصدر) کنیم.			
۱) معالجه، درمان	۲) بیماری، مریضی	۳) تجربه	۴) عامل، فاکتور
◀ بیماری قلبی: heart disease			
۱) سالم؛ تندرست	۲) منطقه‌ای، ناحیه‌ای	۳) محبوب، پرطرفدار	۴) جسمانی؛ جسمی، بدنی

متن کلوز ۴

چرا مغز این قدر قوی است؟ آن میلیاردها نورون (سلول عصبی) دارد تا فرامین خودش را اجرا کند. شما بدون مغز قادر نخواهید بود تفکر کنید، احساس کنید، حرکت کنید، [خاطرات را] به یاد بیاورید یا تمام چیزهایی را انجام دهید که شما را به شخص خاصی که هستید، تبدیل می‌کنند. مغز نوزادان در زمان تولد وزن یکسانی دارد. اما آن تا بزرگسالی تغییر می‌کند. مغز یک مرد معمولی، حدود ۱۱ تا ۱۲ درصد بیشتر از مغز یک زن وزن دارد. اما وزن و اندازه مغز، با هوش هیچ ارتباطی ندارند. چیزی که اهمیت دارد آن چیزی است که داخل مغز است. مغز علی‌رغم اندازه کوچک خودش (حدود ۳ پوند)، قادر است تعداد نامحدودی از پیغام‌ها را دریافت و ارسال کند. آن این [کار] را با کمک نخاع، اندام‌های حسی، و دستگاه عصبی ارادی (خودکار) انجام می‌دهد. مغز این کار را با تخصیص دادن کارها انجام می‌دهد.

۱) جسمانی؛ جسمی، بدنی	۲) رایج؛ متداول؛ مشترک	۳) (مربوط به) پزشکی؛ دارویی	۴) خاص، ویژه
۱) شگفت‌انگیز، حیرت‌انگیز	۲) متوسط؛ معمولی	۳) ناقص	۴) علمی
۱) مهم بودن، اهمیت داشتن	۲) تعریف کردن؛ معنی کردن	۳) تجربه کردن	۴) قادر ساختن، توانایی دادن به، امکان دادن به
۱) گرچه، اگرچه	۲) گذشته از، علاوه بر	۳) به دلیل، به علت	۴) به رغم، با وجود، علی‌رغم
۱) عصبی؛ نگران، دلواپس	۲) احساسی، عاطفی؛ احساساتی	۳) جسمانی؛ جسمی، بدنی	۴) ذهنی؛ روحی

nervous system: دستگاه عصبی

متن کلوز ۵

مطالعات نشان می‌دهند که بچه‌هایی که صبحانه سالمی می‌خورند، بهتر یاد می‌گیرند (یادگیری بهتری دارند)، در کلاس بیشتر توجه می‌کنند و احتمال کم‌تری دارد که مدرسه را از دست بدهند. متخصصان هم چنین می‌گویند که احتمال پرخوری بچه‌هایی که صبحانه می‌خورند، در ادامه روز کم‌تر است. آن خبر خوبی است. خوردن صبحانه در کنار ورزش منظم، می‌تواند خطر چاق شدن یا دارای اضافه وزن شدید بودن را کاهش دهد. حدود ۲۵ میلیون بچه در ایالات متحده چاق هستند. چاق بودن می‌تواند در ادامه زندگی به مشکلات سلامتی هم چون بیماری قلبی منجر شود. متخصصان می‌گویند اگر صبح از نظر زمانی تحت فشار قرار داشتید (وقت خیلی کمی داشتید)، صبحانه را کنار نگذارید. خلاق بودن در کارهای یکنواخت صبحتان، می‌تواند به شما کمک کند وقت پیدا کنید. شاید شما، از شب قبل برنامه‌ریزی کردن آن چیزی که می‌خواهید بپوشید یا ۱۰ دقیقه زود بلند شدن را امتحان کنید. حتی بعضی از خانواده‌ها، میز صبحانه را قبل از خوابیدن می‌چینند.

۱) دادن	۲) پول دادن به؛ پرداخت کردن	۳) نگاه داشتن؛ برگزار کردن	۴) درست کردن؛ باعث ... شدن
◀ دقت کردن، توجه کردن: pay attention			
۱) متنوع، گوناگون، مختلف	۲) منظم، مرتب	۳) کامل، تمام‌عیار	۴) اعتیاد
۳) [شیوه سخن گفتن] روان، سلیس	۱) مشکل	۲) تجربه	۴) اندازه؛ اقدام
۱) مربوط، مرتبط	۲) مهربان، صمیمی؛ دوستانه	۳) مورد علاقه، محبوب	۴) خلاق؛ خلاقانه
۱) خلاص شدن؛ فرار کردن؛ در رفتن	۲) مراقبت کردن	۳) مراقبت کردن	۴) [از خواب و غیره] بلند شدن، برخاستن
۳) مواظب بودن، مراقب بودن			

متن ۷

اگر تمام وقت تنها در خانه بمانید، دوست شدن سخت است. شما باید از خانه خارج شوید و کارهایی را انجام دهید که به شما کمک خواهند کرد سایر افراد را ملاقات کنید. عضو باشگاهی شوید، ورزش کنید، کار داوطلبانه انجام دهید. تجربه خواهید کرد که دوست شدن با افرادی که علائق مشابهی دارند، آسان تر است. در مدرسه یا [محل] کار از افرادی که به نظر می‌رسد به راحتی دوست می‌شوند، یاد بگیرید. رفتار آن‌ها را مشاهده کنید. آن‌ها چه طور باعث می‌شوند که سایرین احساس راحتی بکنند؟ توجه کنید آن‌ها چه [چیزی] می‌گویند و چه طور رفتار می‌کنند. هر کاری که آن‌ها انجام می‌دهند را تقلید نکنید، اما بعضی از تکنیک‌های آن‌ها را امتحان کنید. این به شما کمک خواهد کرد سبک اجتماعی خودتان را شکل دهید.

در مورد چند موضوع که گفت‌وگوی خوبی را شکل خواهند داد فکر کنید. در جریان جدیدترین اخبار قرار بگیرید، به محبوب‌ترین انواع موسیقی گوش دهید یا یک فیلم یا برنامه تلویزیونی جالب را تماشا کنید. هرچه شما بیشتر [حرف] برای گفتن داشته باشید، مردم بیشتر مایل خواهند بود با شما صحبت کنند.

شنونده خوبی باشید و به افراد اجازه دهید در مورد خودشان حرف بزنند. تلاش نکنید با [گفتن] «من، من، من» بر گفت‌وگو تسلط داشته باشید. سؤال‌های زیادی پرسید. به جواب‌ها علاقه نشان دهید. این باعث خواهد شد افراد احساس خاص بودن داشته باشند و آن‌ها تمایل خواهند داشت که دوستان باشند.

وقتی شروع به شناختن کسی می‌کنید، یک روز صمیمی و پرحرف نباشید و روز بعد آن قدر خجالتی که نتوانید گفت‌وگویی داشته باشید. اثبات یک ویژگی است که مردم در دوستان دنبال آن می‌گردند.

به خودتان اعتماد داشته باشید. همیشه خودمنتقد نباشید. اگر خودتان را دوست ندارید، وادار کردن سایرین به دوست داشتن سخت است. در مورد خصوصیات خوب خودتان و تمام دلایلی که مردم دوستی شما را خواهند خواست فکر کنید.

به دنبال دوستی‌هایی که واقعاً می‌خواهید، با افرادی که دوست دارید، [به آن‌ها] احترام می‌گذارید و تحسین می‌کنید، بروید. تلاش کنید افراد زیادی را هم ملاقات کنید. بدین روش، گروه بزرگ‌تری خواهید داشت که [دوستانتان را] از بین آن‌ها انتخاب کنید و احتمال بهتری [نیز] برای دوست شدن خواهید داشت.

متن عمدتاً در چه موردی بحث می‌کند؟ ۴ ۳۷۵

- ۱) چه کار کنید تا زندگی‌تان جالب‌تر شود
- ۲) مشکلات افرادی که ترجیح می‌دهند تنها زندگی کنند
- ۳) چه طور بر عادات قدیمی دوستی غلبه کنیم
- ۴) چه کار کنیم که دوست شویم

کلمه "it" در پاراگراف ۲ به "trying some of their techniques" اشاره دارد. ۲ ۳۷۶

- ۱) تقلید کردن هر کاری که آن‌ها انجام می‌دهند
- ۲) امتحان کردن بعضی از تکنیک‌های آن‌ها
- ۳) شکل دادن سبک اجتماعی خودتان
- ۴) دوست شدن به تعدادی که دوست دارید

چرا نویسنده در پاراگراف ۴ «من، من، من» را ذکر می‌کند؟ ۱ ۳۷۷

- ۱) تا در برابر [این‌که] شما تنها طرفی (شخصی) باشید که در گفت‌وگو صحبت می‌کند هشدار بدهد
- ۲) تا روی این واقعیت تأکید کند که شما باید واقعاً متوجه شوید که خصوصیات شخصیتان چه چیزهایی هستند
- ۳) تا به شما آموزش دهد برای دوستانتان، تا حد ممکن در مورد خودتان اطلاعات فاش کنید
- ۴) تا نقش توجه نکردن به تمامی علائق شخصیتان به منظور قادر بودن برای دوست شدن موفقیت‌آمیز را نشان دهد

طبق متن، هیچ‌کدام از موارد زیر به نحو مثبتی به دوست شدن شما کمک نمی‌کنند، به جز ۴ ۳۷۸

- ۱) پرحرف بودن
- ۲) با افراد خیلی کمی بودن
- ۳) همیشه بی‌ثبات بودن
- ۴) توانایی اجازه دادن به سایرین برای بیان نظر خود

نمونه دیگری از خطرات رژیم غذایی محدود را ممکن است در بیماری شناخته شده با عنوان «بری‌بری» مشاهده کرد، که [در گذشته] باعث می‌شد تعداد زیادی از مردم شرقی که عمدتاً با برنج زندگی می‌کردند، رنج ببرند. در سال‌های ابتدایی قرن بیستم، دانشمندی هلندی به اسم ایجکمن تلاش می‌کرد علت بری‌بری را کشف کند. او در ابتدا فکر می‌کرد [که] آن از طریق میکروب منتقل می‌شود. او در یک بیمارستان ژاپنی کار می‌کرد که در آن بیماران با برنجی تغذیه می‌شدند که سبوس بیرونی آن از دانه جدا شده بود. این تفکر وجود داشت [که] هضم کردن این [نوع برنج] برای افراد ضعیف بیمار، راحت‌تر خواهد بود.

ایجکمن وقتی متوجه شد مرغ‌های حیاط بیمارستان که از غذاهای باقی‌مانده بشقاب بیماران تغذیه می‌شدند نیز علائم همین بیماری را بروز می‌دادند، فکر کرد نظریه میکروبی‌اش تأیید شده است. او سپس تلاش کرد میکروبی را [که] فکر می‌کرد باعث بیماری می‌شود، جدا کند، اما آزمایشات او توسط یک مسئول بیمارستان دچار وقفه شد که حکم داد که برنج بدون سبوس خالص، هرچند توسط بیماران اضافه مانده بود، برای مرغ‌ها بیش از حد خوب بود. مرغ‌ها باید با برنج ارزان که پوشش بیرونی (سبوس) هنوز روی دانه است، تغذیه شوند.

ایجکمن متوجه شد که مرغ‌ها با رژیم غذایی جدید، شروع به بهبود کردند. او این احتمال را در نظر گرفت که خوردن برنج آسیاب‌نشده، به نحوی از بری‌بری پیشگیری یا [آن را] درمان می‌کرد؛ حتی این که شاید کمبود ماده‌ای در سبوس، علت بیماری باشد. در واقع، درست بود. بعد از مدت کوتاهی، عامل مورد نیاز برای پیشگیری از بری‌بری از سبوس برنج جدا شد و در حال حاضر با عنوان ویتامین ب شناخته می‌شود. در واقع، برنج آسیاب‌شده هرچند گران‌تر بود، [همان] بیماری‌ای که بیمارستان تلاش می‌کرد آن را درمان کند، زنده نگه می‌داشت. امروزه این بیماری وحشتناک به لطف دانش ما از ویتامین‌ها، بسیار کم‌تر شیوع دارد.

۳۷۹ ۳ طبق محتوا [ی متن] فکر می‌کنید نویسنده در پاراگرافی که درست قبل از پاراگراف اول است، چه چیزی را ذکر می‌کند؟

- ۱) یک نمونه اهمیت ویتامین‌ها
- ۲) یک نمونه ضرورت مکمل ویتامین‌ها
- ۳) یک نمونه خطرات رژیم غذایی محدود
- ۴) یک نمونه مزایای ویتامین‌های مختلف

۳۸۰ ۲ بیماری «بری‌بری»

- ۱) جان تعداد زیادی از مردم غربی را می‌گیرد
- ۲) بیماری کمبود ویتامین است
- ۳) از طریق برنج آلوده منتقل می‌شود
- ۴) می‌تواند از مرغ‌های بیمار گرفته شود (سرایت کند)

۳۸۱ ۴ مرغ‌هایی که ایجکمن در حیاط بیمارستان متوجه [آن‌ها] شد

- ۱) نمی‌توانستند برنج بدون سبوس را هضم کنند
- ۲) ثابت کردند بری‌بری از طریق میکروب‌ها منتقل می‌شود
- ۳) بعدها برای غذای بیماران پخته شدند
- ۴) از کمبود ویتامین رنج می‌بردند

۳۸۲ ۱ برنج آسیاب‌شده بدون سبوس

- ۱) برای بدن از برنج آسیاب‌نشده کم‌فایده‌تر بود
- ۲) از برنج آسیاب‌نشده ارزان‌تر بود
- ۳) برای بدن از برنج آسیاب‌نشده مفیدتر بود
- ۴) بری‌بری را درمان کرد

۳۸۳ ۱ ماده کم برنج آسیاب‌شده

- ۱) ویتامین ب بود
- ۲) روی مرغ‌ها تأثیر نمی‌گذاشت
- ۳) ویتامین ایجکمن نامیده شد
- ۴) هرگز به درستی شناسایی نشده است