

جدول عبارات مهم و کلمات هم نشین

10-1

Collocations	
ask for new information / give new information	درخواست اطلاعات جدید کردن / اطلاعات جدید دادن
cutting trees	قطع کردن درختان
destroying nature / the jungle	ویران کردن طبیعت / جنگل
endangered animals	حیوانات در معرض خطر
enjoy wildlife	از حیات وحش لذت بردن
follow the same rule	از همان قانون پیروی کردن
for example / such as	برای مثال / مانند
go hunting	شکار رفتن
hurting the animals	آسیب زدن به حیوانات
instead of : in place of	به جای : در عوض
keep earth clean and safe	خاک / زمین را تمیز و ایمن نگه داشتن
live longer	بیشتر عمر کردن
live on Earth	روی زمین زندگی کردن
lose natural homes	از دست دادن زیستگاه های طبیعی
low / high mountains	کوه های کوتاه / بلند
make movies about	فیلم ساختن درباره
pay attention to	توجه کردن به
protecting nature / forests / their homes	محافظت کردن از طبیعت / جنگل ها / زیستگاه های شان
putting out the fire	خاموش کردن آتش
read some poems	خواندن چند شعر
saving wildlife / nature	نجات دادن حیات وحش / طبیعت
take care of animals / wildlife	مراقبت کردن از حیوانات / حیات وحش
talking about schedules	صحبت کردن از برنامه ها
there is hope for	امید برای ... وجود دارد
visit a museum / visit our relatives	بازدید از موزه / ملاقات کردن خویشاوندان مان

جدول عبارات مهم و کلمات هم نشین

10-2

Collocations	
blood cells	سلول های خون
body organ	اندام بدن
deep sleep	خواب عمیق
donate blood to	خون دادن / اهدا کردن به
fast food	غذای حاضری
give water to people and animals	آب دادن به افراد و حیوانات
keep healthy and alive	سالم و زنده نگه داشتن
on their own	خودشان، به تنهایی
powerful telescope	تلسکوپ قدرتمند
pump blood	پمپ کردن خون

take regular exercise / do daily exercise	ورزش روزانه / منظم انجام دادن
wonders of creation	شگفتی های خلقت

جدول عبارات مهم و کلمات هم نشین

10-3

Collocations	
a large number of ...	تعداد زیادی ...
at the end of his life	در پایان زندگی اش / عمرش
at this moment	در این لحظه
be famous for	برای ... مشهور بودن
Believe me!	باور کن!
come to help	به کمک آمدن
do experiment / research	تحقیق / آزمایش انجام دادن
find answers to problems	پاسخ مسائل را پیدا کردن
find facts	حقایق را یافتن
from the cradle to the grave	در تمام عمر، از اول تا آخر عمر (ز گهواره تا گور)
give somebody hope	به کسی امید دادن
holy prophet (PBUH/ Peace Be Upon Him)	پیامبر اکرم ("ص" / سلام و صلوات بر او باد)
light bulb	لامپ برق
lose interest	از دست دادن علاقه
lose hearing	از دست دادن شنوایی
making so much noise / making noises	سر و صدا کردن
No Pain, No Gain!	نابرده رنج، گنج میسر نمی شود!
put emphasis on	تأکید کردن بر
solve a problem	حل کردن یک مسئله
taking picture / photograph	عکس انداختن
the key to success	کلید موفقیت
the power went out	برق رفت
work on problems	کار کردن روی مسائل
write poem	شعر نوشتن

جدول عبارات مهم و کلمات هم نشین

10-4

www.my-dars.ir

Collocations	
a range of activities	مجموعه ای از فعالیت ها
a wide range of	موارد متنوعی / گسترده ای از
air ticket	بلیت هوایی / هواپیما
amazing nature	طبیعت خارق العاده
ancient history	تاریخ کهن / باستانی
at the same time	همزمان
be kind to travelers	با مسافرات مهربان بودن

become familiar with	آشنا شدن با
book hotel online	هتل را به صورت اینترنتی رزرو کردن
break rule	شکستن / زیر پا گذاشتن / عمل نکردن به قانون
check the destination	مقصد را بررسی کردن
desert touring	صحرا نوردی
do research	تحقیق کردن
domestic flights	پروازهای داخلی
domestic tourist	گردشگر داخلی
embassy of foreign countries	سفارتخانه کشورهای خارجی
four-season country	کشور چهار فصل
give a good image	تصویر خوبی ارائه دادن
historical sites	مکان های تاریخی
holy shrine	مرقد مطهر
international flights	پروازهای بین المللی
international tourist	گردشگر بین المللی / خارجی
keep healthy	سلامت نگه داشتن
local language / people	زبان / مردم محلی (بومی)
means of transportation	وسیله / وسایل حمل و نقل
Muslims	مسلمانان
popular destination	مقصد محبوب
risk of illness	خطر بیماری
summer vacation	تعطیلات تابستان
surf the net	جستجو کردن در اینترنت
take care of	مراقبت کردن از / از عهده چیزی بر آمدن
take someone's time	وقت کسی را گرفتن
the best choice	بهترین انتخاب
the Great Wall	دیوار بزرگ چین
tourist attractions	جاذبه های گردشگری
traditional ceremonies	مراسم / جشن های سنتی
travel abroad	به خارج سفر کردن
travel agency	آژانس مسافرتی
travel agent	کارگزار / کارمند آژانس مسافرتی
wind tower	بادگیر

گروه آموزشی عصر

جدول عبارات مهم و کلمات هم نشین

www.m11-1dars.ir

Collocations	
as early as possible	هر چه زودتر
begin with / end with ...	شروع کردن با / تمام کردن با ...
birthday candles	شمع های تولد
cultural values	ارزش های فرهنگی
communicate with each other	با یکدیگر ارتباط برقرار کردن
despite their differences	با وجود تفاوت هایشان
different types of ...	انواع مختلف ...

endangered languages	زبان های در معرض خطر
exchange knowledge, beliefs, wishes and feelings	به تبادل دانش، باورها، آرزوها و احساسات پرداختن
farming regions	مناطق کشاورزی
from region to region	از منطقه به منطقه
have access to the Internet	دسترسی داشتن به اینترنت
important / key point	نکته ی مهم
in place of / instead of ...	به جای / در عوض ...
in the beginning of ...	در ابتدای ...
international language	زبان بین المللی
language institute	موسسه ی زبان
make sb/sth different from ...	چیزی یا کسی را متفاوت با ... جلوه دادن
means of communication	وسیله ی ارتباط
meet the needs of ...	پاسخگوی نیازهای ...
native language	زبان بومی، زبان مادری
no matter how	مهم نیست که چگونه
parking lot	پارکینگ بدون سقف
pencil-sharpener	مداد تراش
physical or mental power	قدرت جسمانی یا ذهنی
physical or mental skill	مهارت جسمانی یا ذهنی
range in number from very large to very small	در تعداد مختلف از خیلی زیاد تا خیلی کم وجود داشتن
save money	پول پس انداز کردن
school project	پروژه ی مدرسه
specific information	اطلاعات خاص
surfing the net	جستجو در اینترنت
system of communication	سیستم ارتباط
take a photograph	عکس انداختن
take no notice of ...	به ... توجه نکردن
to be honest	صادق بودن، روراست بودن
vary greatly	خیلی متفاوت بودن
You're welcome!	خواهش می کنم!

جدول عبارات مهم و کلمات هم نشین

11-2

Collocations	
above all : most importantly	مهم تر از همه
addiction to technology	اعتیاد به فناوری
anti-cancer drugs	داروهای ضد سرطان
attending social event	حضور داشتن در رخداد اجتماعی
be interested in doing something	علاقمند بودن به انجام کاری
blood pressure	فشار خون
calm and balanced life	زندگی آرام و متعادل
cause serious problems	باعث مشکلات جدی شدن
check people's health condition	معاینه کردن وضعیت سلامتی مردم

decrease stress	کاستن فشار روانی / استرس
do/take a lot of exercise	زیاد ورزش کردن
eating habit : diet	عادت غذایی : رژیم
emotional health	سلامت / بهداشت روانی
fast food / junk food /unhealthy food	غذاهای حاضری و پر کالری که در رستوران ها ارائه می شود
fight and stop disease in the early stages	مقابله کردن و جلوی بیماری را در مراحل اولیه گرفتن
find keys to the secrets of human body	یافتن کلیدهای اسرار بدن انسان
for no good reason	بدون دلیل خاصی
gain weight	وزن اضافه کردن
general health	سلامت عمومی بدن
give up smoking	ترک کردن سیگار
be harmful to health	برای بدن مضر بودن
have a good relationship with	ارتباط خوبی داشتن با
health condition	شرایط سلامتی/تندرستی
health risks	خطرات سلامتی
healthy diet	رژیم سالم
healthy relationship	ارتباط سالم
heart attack	حمله قلبی
heart diseases	بیماری های قلبی
higher education	آموزش عالی
homemade dishes	غذاهای خانگی
our health improves ...	سلامتی مان بهتر می شود ...
in that case, ...	در اینصورت ...، حال که چنین است ...
it takes time	طول می کشد، زمان می برد
key point	نکته کلیدی و مهم
leave a message	پیغام گذاشتن
live longer	طولانی تر زندگی کردن
main idea	ایده اصلی
making too much noise	بیش از حد سروصدا کردن
measuring blood pressure/heartbeat	اندازه گیری فشار خون/ضریان قلب
medical invention	اختراع پزشکی
middle of the day	نیمه روز
normal and healthy lifestyle	سبک زندگی عادی و سالم
one thing I know for sure ...	چیزی که از آن مطمئن هستم ...
pay attention to	توجه کردن به
physical health	سلامت جسمانی
physically active	از لحاظ جسمانی فعال
prevent diseases	از بیماری ها پیشگیری کردن
recent research has shown that ...	تحقیق جدید نشان داده است که ...
right now	هم اکنون
risk of death	خطر مرگ
sleep disorders	اختلالات خواب
social life	زندگی اجتماعی
special diet	رژیم مخصوص
special illness	بیماری خاص

surfing the Net	جستجو کردن در اینترنت
take care of sb/sth	از کسی/چیزی مراقبت کردن
unhealthy snacks and junk food	غذاهای حاضری و میان وعده های ناسالم
Watch out!	مراقب باش!
watching scientific movies / sci-fi (science fiction)	تماشای فیلم های علمی / علمی تخیلی
(Okay) you win!	(باشه) تو بردی! (زمانی که علیه میل شما طرف مقابل شما را وادار به انجام کاری کند)

جدول عبارات مهم و کلمات هم نشین

11-3

Collocations	
animal diversity	تنوع جانوری
appreciate the value of art	ارزش هنر را دانستن
artistic works	کارهای هنری، کارهای هنرمندانه
become successful	موفق شدن
brain's activity	فعالیت مغز
catch the bus	به اتوبوس رسیدن
communicate their feelings	احساساتشان را بیان کنند/با دیگران درمیان بگذارند
decrease the risk of ...	خطر ... را کم کردن
enjoy the pleasure of doing sth	از خوشی انجام کاری لذت بردن
family business	کسب و کار خانوادگی
family member	عضو خانواده
get a good mark	نمره ی خوبی گرفتن
get a prize	جایزه گرفتن
get along with ...	کنار آمدن با ...
get up early	زود از خواب بیدار شدن
hand-made products	محصولات ساخت دست بشر
have better relations with each other	روابط بهتری با یکدیگر داشتن
history of humankind	تاریخ بشر
How touching!	چه مؤثر! / چه تأثیر گذار! / چه گیر!
If everything goes well, ...	اگر همه چیز خوب پیش برود ...
If our plan works, ...	اگر برنامه ی ما بگیرد ...
in a right way	به درستی / از راه درست
in fact	در حقیقت
leave home soon	خانه را زود ترک کردن
local customs	آداب / رسوم محلی
make a mistake	اشتباه کردن
make and sell pottery work	درست کردن و فروختن کار سفالی
make artwork	تصویر و نقاشی کتاب درست کردن / کار هنری درست کردن
moral and social values	ارزش های اخلاقی و اجتماعی
more natural	طبیعی تر
pass the exam	قبول شدن در امتحان
richest art and cultural diversity	غنی ترین هنر و تنوع فرهنگی

shared beliefs	باورهای مشترک
take part in charity	در کار خیر شرکت کردن
visit historical sites	از مکان های تاریخی بازدید کردن
weaving a rug	بافتن یک قالیچه
Well done!	آفرین!

جدول عبارات مهم و کلمات هم نشین

12-1

Collocations	
a dedicated physician	یک پزشک متهد
a distinguished university professor	یک استاد دانشگاه برجسته
Are you hard of hearing?	آیا گوشهائیت سنگین است؟
boost energy and strength	افزایش دادن انرژی و توان
brain function	کارایی / عملکرد مغز
burst into tears	زیر گریه زدن
catch a terrible flu	آنفلوآنزای شدید گرفتن
countless languages	زبانهای بیشمار
feed the pigeons	غذا دادن به کبوترها
feel honored/ proud	احساس غرور کردن
find solutions to the problems	راه حل های مسائل را پیدا کردن
future generation	نسلهای آینده
go abroad	خارج رفتن
handle things	به امور رسیدگی کردن، از عهده کارها برآمدن
health condition	وضعیت سلامتی
heritage and culture	میراث و فرهنگ
lack of success : failure	عدم / فقدان موفقیت : شکست
learn the Holy Quran by heart	قرآن کریم را از حفظ یاد گرفتن
love somebody unconditionally	بدون قید و شرط عاشق کسی بودن
lower blood pressure	پایین آوردن فشار خون
receive religious education	آموزش های دینی دریافت کردن
sense of appreciation	حس قدردانی
sense of belonging	حس تعلق
sense of identity	حس هویت
sense of responsibility	حس مسئولیت
set of morals	مجموعه ای از اصول اخلاقی
spare no pains	از هیچ تلاشی دریغ نکردن
take a rest	استراحت کردن
take care of the elderly	مراقبت کردن از افراد سالخورده
take temperature	اندازه گیری کردن دما

جدول عبارات مهم و کلمات هم نشین

12-2

Collocations	
a host of information	اطلاعات زیاد
Actions speak louder than words.	به عمل کار برآید، به سخندانی نیست.
Ants develop wings when they reproduce.	مورچه ها وقتی تولید مثل می کنند بال در می آورند.
Art is what people create with imagination and skill.	هنر آن چیزی است که مردم با خیال و مهارت خلق می کنند.
available on the Internet	قابل دسترس در اینترنت
Bad habits and addiction can be harmful to health.	عادات بد و اعتیاد می توانند برای سلامتی ضرر داشته باشند.
dictionary entry	مدخل فرهنگ لغت
direct access	دسترسی مستقیم
do daily exercise	ورزش روزانه انجام دادن
foods that contain a lot of fat	غذاهایی که حاوی مقدار زیادی چربی هستند
highlight important information	اطلاعات مهم را برجسته کردن
I wonder if you could help me.	می خواهم بدانم که آیا می توانی به من کمک کنی؟
identify your needs	نیازهایت را شناسایی کن
It is essential to know ...	ضروری است که بدانیم ...
jump into the next part	به قسمت بعدی پریدن (رفتن)
Lack of rain causes droughts.	کمبود آب باعث خشکسالی (ها) می شود.
Lakes are smaller bodies of fresh water.	دریاچه ها حجم کوچک تری از آب شیرین هستند.
Lakes are surrounded by lands.	دریاچه ها توسط خشکی ها/زمین ها احاطه می شوند.
Language is a system of communication.	زبان یک سیستم ارتباطی است.
meet your language needs	نیازهای زبانی خود را برآورده کن
minor details	جزئیات جزئی/کم اهمیت تر
Most ants are scavengers.	بیشتر مورچه ها گندیده خوار/لاشه خوار هستند.
Oceans are surrounded by continents.	اقیانوس ها توسط قاره ها احاطه می شوند.
Oceans are very large bodies of salt water.	اقیانوس ها حجم بسیار بزرگی از آب شور هستند.
people suffering from hearing loss	افراد که از اختلال شنوایی رنج می برند
pocket dictionary	فرهنگ لغت جیبی
spend the time wisely	از زمان خردمندانه استفاده کردن
Stars are tiny points of light in the space.	ستاره ها نقطه های نورانی بسیار کوچک در فضا هستند.
The pollution is endangering the crops.	آلودگی محصولات کشاورزی را به خطر می اندازد.
use a dictionary more effectively	از فرهنگ لغت مؤثرتر استفاده کردن
valuable treasure	گنج با ارزش
Water is the most essential element in our life.	آب ضروری ترین عنصر در زندگی ما است.
We need huge resources of water to generate electricity on a large and commercial scale.	ما به منابع زیادی از آب برای تولید برق در مقیاس بزرگ و تجاری نیاز داریم.
We provide you with some helpful information/tips on ...	ما به شما اطاعات/نکات مفیدی درباره ... می دهیم.

جدول عبارات مهم و کلمات هم نشین

12-3

Collocations	
apply for a job	تقاضای کار کردن



arranged alphabetically	به ترتیب حروف الفبا چیده شده
as a result of ...	در نتیجه ...
be rich in oil	غنی/سرشار از نفت بودن
become good at ...	در ... (کاری) خوب شدن
catch cold	سرما خوردن
check their general health	بررسی کردن سلامت عمومی شان
combine the benefits of ...	مزایای ... را داشتن
come up with better ideas	به نظر بهتری رسیدن
common equivalents	معادل‌های رایج
common fossil fuels	سوخت‌های فسیلی رایج
convert into/to	به ... تبدیل کردن
cooperate with each other	با یکدیگر همکاری کردن
deal with sth	با چیزی سروکار داشتن
demand for ...	تقاضای ...
do a variety of activities	فعالیت‌های گوناگون انجام دادن
future generations	نسل‌های آینده
harmful to the environment	مضر برای محیط زیست
have a barbecue	کباب خوردن
high tide : rise of the sea	مد (بالا آمدن آب دریا)
Hydropower or water power	انرژی برقایی یا نیروی آب
Kill two birds with one stone.	با یک تیر دو نشان زدن
kinetic energy / mechanical power	انرژی جنبشی / نیروی مکانیکی
last longer	بیشتر عمر کردن
local community	اجتماع محلی
low tide : fall of the sea	جزر (پایین آمدن آب دریا)
lowering the costs of ...	کاهش هزینه‌های ...
measuring blood pressure and heartbeat	اندازه‌گیری فشار خون ضربان قلب
meet different goals	اهداف مختلفی را برآورده کردن
natural air cooling system	سیستم خنک‌کننده طبیعی هوا
Plants absorb carbon dioxide.	گیاهان دی‌اکسید کربن را جذب می‌کنند.
portable devices	وسایل قابل حمل
practical advice	نصیحت کاربردی
produce electricity to power homes	تولید برق برای روشن کردن منزل
regular electrical outlet	پریز برق معمولی
remind me of ...	من را به یاد ... می‌اندازد
remote-controlled car	ماشین کنترل از راه دور
renewable energy sources	منابع انرژی تجدیدپذیر
revolve around ...	به دور ... چرخیدن
running a factory	اداره کردن یک کارخانه
save energy	صرفه جویی کردن در انرژی
since then	از آن زمان به بعد
special illness	بیماری خاص
string light bulbs	ریسه (لامپ‌های مخصوص چراغانی)
take notes	یادداشت برداشتن
the main resources of the earth	منابع اصلی زمین
They supply us with many necessary things.	آنها چیزهای ضروری زیادی را برای ما تأمین می‌کنند.

To get the battery ready to roll, you have to charge it.	برای اینکه باتری کار کند باید آن را شارژ کنید.
to overcome the problem of ...	برای غلبه کردن بر مشکل ...
vacuum cleaner	جاروبرقی
voluntary garbage delivery	تحويل داوطلبانه زباله
widely used	به طور گسترده مورد استفاده قرار گرفته

### ضرب المثل ها

Proverbs	
A burnt child dreads the fire.	مار گزیده از ریسمان سیاه و سفید می ترسد.
Absence makes the heart grow fonder.	دوری و دوستی
Actions speak louder than words.	به عمل کار برآید به سخندانی نیست.
Birds of a feather flock together.	کبوتر با کبوتر، باز با باز، کند هم جنس با هم جنس پرواز
Cut your coat according to your cloth.	پایت را اندازه گلیمت دراز کن.
Don't count your chickens before they hatch.	جوجه را آخر پاییز می شمردند.
Don't look a gift horse in the mouth.	دندان اسب پیشکشی را نمی شمارند.
Easy come, easy go.	باد آورده را باد می برد.
God helps those who help themselves.	از تو حرکت، از خدا برکت
Kill two birds with one stone.	با یک تیر دو نشان زدن
Money doesn't grow on trees.	پول که علف خرس نیست.
Out of sight, out of mind.	از دل برود هر آنکه از دیده برفت.
Practice makes perfect.	کار نیکو کردن از پر کردن است.
The early bird catches the worm.	سحر خیز باش تا کامروا شوی
There's no place like home.	هیچ جا خانه خود آدم نمی شود.
Too many cooks spoil the broth.	آشپز که دوتا شود آش یا شور می شود یا بی مزه.
Two heads are better than one.	هر سری عقلی دارد.

My Telegram Channel: <https://t.me/EnglishWithAmirhosseinMorad>

www.my-dars.ir