



Episode 10: Habits and hobbies

قسمت 10-1: عاداتها و سرگرمی ها

Hello. This is a five-minute podcast for beginner English learners by Nasim.

سلام. این یک پادکست پنج دقیقه‌ای برای زبان‌آموزان مبتدی انگلیسی است که توسط نسیم تهیه شده.

Today we look at daily habits and hobbies in two different cultures: Iran and the United States.

امروز به عاداتها و سرگرمی‌های روزمره در دو فرهنگ مختلف نگاه می‌کنیم: ایران و ایالات متحده.

People in both countries enjoy many activities in their free time, but the way they spend their time is sometimes different.

مردم در هر دو کشور در زمان آزادشان از فعالیت‌های زیادی لذت می‌برند، اما شیوه گذراندن وقتشان گاهی متفاوت است.

Let's start with Iran.

بیایید با ایران شروع کنیم.

In Iran, people often spend their free time with family.

در ایران مردم اغلب وقت آزادشان را با خانواده می‌گذرانند.

Many families usually visit relatives during the week or on weekends.

بسیاری از خانواده‌ها معمولاً در طول هفته یا آخر هفته‌ها به دیدن فامیل می‌روند.



When people visit each other, they drink tea, eat snacks, and talk for a long time.

وقتی مردم به دیدن هم می‌روند، چای می‌نوشند، خوراکی می‌خورند و مدت زیادی با هم صحبت می‌کنند.

Tea is a very common part of daily life in Iran.

چای بخش بسیار رایجی از زندگی روزمره در ایران است.

Many people often drink tea several times a day.

خیلی از مردم اغلب چند بار در روز چای می‌نوشند.

When guests arrive, hosts almost always offer tea.

وقتی مهمان می‌رسد، میزبان‌ها تقریباً همیشه چای تعارف می‌کنند.

Going to parks is also very popular.

رفتن به پارک هم بسیار محبوب است.

In the evening, families often walk in parks, children play, and friends sit together and talk.

عصرها خانواده‌ها اغلب در پارک قدم می‌زنند، بچه‌ها بازی می‌کنند و دوستان کنار هم می‌نشینند و صحبت می‌کنند.

Young people sometimes meet in cafés to chat or study.

جوان‌ها گاهی در کافه‌ها همدیگر را می‌بینند تا گپ بزنند یا درس بخوانند.

Exercise is also common.



ورزش هم رایج است.

Many Iranians usually go to the gym, and this is especially popular among women in recent years.

بسیاری از ایرانی‌ها معمولاً به باشگاه می‌روند و این کار مخصوصاً در سال‌های اخیر بین خانم‌ها خیلی محبوب شده است.

People do fitness, yoga, or group exercise classes.

مردم فیتنس کار می‌کنند، یوگا انجام می‌دهند یا در کلاس‌های ورزشی گروهی شرکت می‌کنند.

Some people often walk or jog in parks in the morning or evening.

بعضی از مردم اغلب صبح یا عصر در پارک‌ها پیاده‌روی می‌کنند یا آرام می‌دوند.

However, some activities that are common in the United States never happen in Iran, or they are very rare.

با این حال بعضی فعالیت‌هایی که در آمریکا رایج هستند در ایران اصلاً انجام نمی‌شوند یا بسیار نادرند.

For example, people never go to nightclubs or dancing clubs, because this kind of nightlife is not part of public culture in Iran.

برای مثال مردم هرگز به کلاب‌های شبانه یا کلاب‌های رقص نمی‌روند، چون این نوع زندگی شبانه بخشی از فرهنگ عمومی ایران نیست.

Now let's look at the United States.

حالا بیا بید به ایالات متحده نگاه کنیم.

In the U.S., people also have many hobbies and routines.



5-Minute Podcast For Beginner English Learners

در آمریکا هم مردم سرگرمی‌ها و برنامه‌های روزمره زیادی دارند.

Many Americans usually start their day with coffee instead of tea.

بسیاری از آمریکایی‌ها معمولاً روزشان را با قهوه شروع می‌کنند به جای چای.

They often listen to music or podcasts while driving to work.

آنها اغلب هنگام رانندگی به سمت محل کار به موسیقی یا پادکست گوش می‌دهند.

Exercise is a regular habit for many people.

ورزش برای خیلی از مردم یک عادت منظم است.

Americans often go to the gym, run outside, or ride bicycles.

آمریکایی‌ها اغلب به باشگاه می‌روند، بیرون می‌دوند یا دوچرخه‌سواری می‌کنند.

Outdoor activities are very popular, and people often spend time in nature on weekends.

فعالیت‌های بیرون از خانه بسیار محبوب هستند و مردم اغلب آخر هفته‌ها در طبیعت وقت می‌گذرانند.

Social life in the U.S. is a little different.

زندگی اجتماعی در آمریکا کمی متفاوت است.

Friends sometimes meet in bars or clubs, and people often go dancing or listen to live music.

دوستان گاهی در بارها یا کلاب‌ها همدیگر را می‌بینند و مردم اغلب برای رقص یا گوش دادن به موسیقی زنده می‌روند.

This kind of nightlife is a normal part of social life in many American cities.



این نوع زندگی شبانه در بسیاری از شهرهای آمریکا بخش عادی زندگی اجتماعی است.

At home, Americans often watch series or movies, and many people sometimes play video games or read books in the evening.

در خانه آمریکایی‌ها اغلب سریال یا فیلم تماشا می‌کنند و خیلی از مردم گاهی عصرها بازی ویدیویی انجام می‌دهند یا کتاب می‌خوانند.

Different habits, different routines — but people everywhere often look for the same thing.

عادت‌ها متفاوت‌اند، روتین‌ها فرق دارند اما مردم در همه جا معمولاً به دنبال یک چیز مشترک هستند.

Time to relax, enjoy life, and connect with others.

زمانی برای استراحت، لذت بردن از زندگی و ارتباط با دیگران.

Thank you for listening, and see you in the next episode.

ممنون که گوش دادید، در قسمت بعدی می‌بینمتان.

واژه های مهم پادکست: واژه‌ها و عبارتهای پادکست ۱۰

1. Habit – عادت
2. Hobby – سرگرمی / علاقه
3. Free time – وقت آزاد
4. Always – همیشه
5. Usually – معمولاً
6. Often – اغلب
7. Sometimes – گاهی
8. Never – هرگز
9. Spend time – وقت گذراندن
10. Common – رایج



جمله پرکاربرد درباره عادت‌ها و علایق ۱۰

1. I usually wake up early.

من معمولاً زود بیدار می‌شوم.

2. I often drink tea in the morning.

من اغلب صبح‌ها چای می‌نوشم.

3. I spend my free time with my family.

من وقت آزادم را با خانواده‌ام می‌گذرانم.

4. I sometimes go to cafés with my friends.

من گاهی با دوستانم به کافه می‌روم.

5. I never go to nightclubs.

من هرگز به کلاب‌های شبانه نمی‌روم.

تست‌ها

بخش تست‌های چهارگزینه‌ای از پادکست ۱۰



5-Minute Podcast For Beginner English Learners

(1) کلمه «سرگرمی» در متن پادکست به انگلیسی کدام است؟

- a) Habit
 - b) Hobby
 - c) Culture
 - d) Routine
-

(2) معنی جمله زیر کدام است؟

People often spend their free time with family.

- a) مردم اغلب با دوستانشان کار می‌کنند.
 - b) مردم اغلب وقت آزادشان را با خانواده می‌گذرانند.
 - c) مردم همیشه در خانه می‌مانند.
 - d) مردم هرگز با خانواده صحبت نمی‌کنند.
-

(3) کدام گزینه املاي درست کلمه «معمولاً» در انگلیسی است؟



- a) Usualy
 - b) Ussually
 - c) Usually
 - d) Usualley
-

4) متن پادکست گفته می‌شود بسیاری از آمریکایی‌ها روزشان را با چه چیزی شروع می‌کنند؟

- a) tea
 - b) juice
 - c) coffee
 - d) milk
-

5) انگلیسی چیست؟ **never** معنی کلمه

- a) همیشه
- b) اغلب
- c) گاهی
- d) هرگز



کلید پاسخ‌ها با توضیح

۱) پاسخ صحیح b) Hobby

به معنی سرگرمی یا علاقه شخصی است Hobby در انگلیسی کلمه

۲) پاسخ صحیح b)

یعنی مردم اغلب وقت آزادشان را با People often spend their free time with family جمله خانواده می‌گذرانند.

۳) پاسخ صحیح c) Usually

است که به معنی «معمولاً» می‌باشد Usually املاک درست کلمه

۴) پاسخ صحیح c) coffee

در متن گفته می‌شود بسیاری از آمریکایی‌ها معمولاً روز خود را با قهوه شروع می‌کنند.

۵) هرگز d) پاسخ صحیح

کلمه never در انگلیسی به معنی «هرگز» است و برای بیان انجام نشدن یک کار استفاده می‌شود.