



Episode 13: At the Moment

قسمت ۱۳: در همین لحظه

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

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

Today, we are learning how to talk about this moment and what is happening right now around us.

امروز یاد می‌گیریم چطور درباره همین لحظه و اتفاق‌هایی که همین حالا در اطرافمان رخ می‌دهند صحبت کنیم.

Let's imagine you are in a park.

تصور کنید که در یک پارک هستید.

You are walking slowly and watching the people around you.

شما آرام قدم می‌زنید و مردم اطرافتان را تماشا می‌کنید.

A young man is jogging.

یک مرد جوان در حال دویدن آرام است.

He is wearing a tracksuit, and his shoes are hitting the ground softly.

او لباس ورزشی پوشیده است و کفش‌هایش آرام به زمین برخورد می‌کنند.

Three old men are sitting on a bench. They are talking and laughing.

سه مرد مسن روی یک نیمکت نشسته‌اند. آن‌ها در حال صحبت کردن و خندیدن هستند.

A girl is walking her dog.

دختری سگش را برای گردش برده است.

She is wearing a short skirt and a tank top.

او یک دامن کوتاه و یک تاپ بدون آستین پوشیده است.

Her dog is pulling the leash and wagging its tail.



سگش قلاده را می‌کشد و دمش را تکان می‌دهد.

A small child is feeding the ducks by the lake.

یک کودک کوچک کنار دریاچه به اردک‌ها غذا می‌دهد.

He is throwing pieces of bread, and the ducks are swimming toward him.

او تکه‌های نان را پرتاب می‌کند و اردک‌ها به سمتش شنا می‌کنند.

On the grass, a group of teenagers is playing football.

روی چمن، گروهی از نوجوانان در حال فوتبال بازی کردن هستند.

They are shouting, running, and having fun.

آنها فریاد می‌زنند، می‌دوند و خوش می‌گذرانند.

One boy is kicking the ball very hard, and another boy is trying to catch it.

یک پسر محکم به توپ ضربه می‌زند و پسر دیگری تلاش می‌کند آن را بگیرد.

Near the trees, a couple is sitting on a blanket.

نزدیک درخت‌ها، یک زوج روی زیرانداز نشسته‌اند.

They are drinking coffee.

آنها در حال نوشیدن قهوه هستند.

The woman is reading a book slowly, and the man is listening to music with his headphones on.

زن با آرامش کتاب می‌خواند و مرد با هدفونش به موسیقی گوش می‌دهد.

Close to the fountain, an old woman is painting a picture.

نزدیک فواره، یک زن مسن در حال نقاشی کشیدن است.

She is looking at the flowers and moving her brush carefully: up and down, left and right.

او به گل‌ها نگاه می‌کند و قلم‌مویش را با دقت به بالا و پایین و چپ و راست حرکت می‌دهد.

Two children are chasing butterflies.

دو کودک در حال دنبال کردن پروانه‌ها هستند.

They are laughing, running, and jumping, and they are trying to catch the bright wings.

آنها می‌خندند، می‌دوند و می‌پرند و تلاش می‌کنند بال‌های رنگی پروانه‌ها را بگیرند.

Their mother is taking pictures with her phone.

مادرشان با تلفن همراهش عکس می‌گیرد.



A little boy is eating an ice cream.

یک پسر بچه در حال خوردن بستنی است.

It is melting in the sun, and he is trying to catch the drops before they fall.

بستنی زیر آفتاب آب می‌شود و او تلاش می‌کند قطره‌ها را پیش از افتادن بگیرد.

He is smiling and enjoying his sweet treat.

او لبخند می‌زند و از خوراکی شیرینش لذت می‌برد.

Birds are flying above the park, and the leaves are moving in the wind.

پرنده‌ها بالای پارک پرواز می‌کنند و برگ‌ها در باد تکان می‌خورند.

A small dog is barking. A baby is crying softly in a stroller.

یک سگ کوچک پارس می‌کند. یک نوزاد در کالسکه آرام گریه می‌کند.

A man is talking on his phone, and a woman is stretching her legs.

مردی با تلفن صحبت می‌کند و زنی پاهایش را کشش می‌دهد.

Everywhere you look, people are doing something.

هرجا را که نگاه می‌کنید، مردم در حال انجام کاری هستند.

The park feels full of life.

پارک پر از زندگی به نظر می‌رسد.

And you are standing there. You are watching, listening, and learning new words.

و شما همان‌جا ایستاده‌اید. در حال تماشا، گوش‌دادن و یادگیری کلمات جدید هستید.

This is the present continuous. We use it for actions happening now.

این زمان حال استمراری است. از آن برای کارهایی استفاده می‌کنیم که همین حالا در حال انجام‌شدن هستند.

She is walking. They are playing. He is eating. You are learning.

او در حال راه‌رفتن است. آن‌ها در حال بازی‌کردن هستند. او در حال غذاخوردن است. شما در حال یادگیری هستید.

I am speaking to you right now.

من همین حالا دارم با شما صحبت می‌کنم.

You are practicing English, and you are getting better moment by moment.



5-Minute Podcast For Beginner English Learners

شما در حال تمرین انگلیسی هستید و لحظه به لحظه بهتر می شوید.

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

ممنون که گوش دادید. در قسمت بعدی می بینمتان.



10 Common English Verbs

۱۰ فعل بسیار پرکاربرد انگلیسی

1. Be	بودن
2. Have	داشتن
3. Do	انجام دادن
4. Say	گفتن
5. Go	رفتن
6. Get	گرفتن / رسیدن
7. Make	ساختن / درست کردن
8. Know	دانستن
9. Think	فکر کردن
10. Take	گرفتن / برداشتن



5 Present Continuous Sentences

۵ جمله در زمان حال استمراری

1. I am reading a book.

من در حال خواندن یک کتاب هستم. - مفرد

2. They are playing football in the park.

آنها در حال فوتبال بازی کردن در پارک هستند. - جمع

3. She is cooking dinner now.

او در حال پختن شام است. - مفرد

4. We are studying for the exam.

ما در حال مطالعه برای امتحان هستیم. - جمع

5. He is watching TV at the moment.

او در حال تماشای تلویزیون است. - مفرد



Episode 13 Multiple-Choice Questions

تست‌های چهارگزینه‌ای پادکست ۱۳

۱. مرد جوان در پارک چه کاری انجام می‌دهد؟

- a) He is sleeping.
- b) He is jogging.
- c) He is cooking.
- d) He is driving.

۲. معنی جمله «Two children are chasing butterflies» کدام است؟

- الف) بچه‌ها به اردک‌ها غذا می‌دهند.
- ب) بچه‌ها در حال دنبال کردن پروانه‌ها هستند.
- ج) بچه‌ها روی نیمکت نشسته‌اند.
- د) بچه‌ها در حال کتاب‌خواندن هستند.

۳. برای فاعل «She» در زمان حال استمراری از کدام فعل کمکی استفاده می‌کنیم؟

- a) am
- b) are
- c) is
- d) do

۴. کدام جمله از نظر گرامری درست است؟

- a) They is playing football.
 - b) They are play football.
 - c) They are playing football.
 - d) They playing football.
-



5-Minute Podcast For Beginner English Learners

۵. عبارت «at the moment» چه معنایی دارد؟

الف) هر روز

ب) در گذشته

ج) همین حالا / در این لحظه

د) هفته آینده



Answer Key

کلید پاسخ‌ها با توضیح

۱. پاسخ صحیح:

b) He is jogging.

در متن گفته می‌شود یک مرد جوان در حال دویدن آرام است.

۲. پاسخ صحیح: ب

این جمله یعنی بچه‌ها در حال دنبال کردن پروانه‌ها هستند.

۳. پاسخ صحیح:

c) is

برای فاعل مفرد سوم شخص از فعل کمکی is استفاده می‌کنیم.

۴. پاسخ صحیح:

c) They are playing football.

ساخت درست حال استمراری برای فاعل جمع به این صورت است:

are + verb-ing

۵. پاسخ صحیح: ج

at the moment

این عبارت یعنی همین حالا یا در این لحظه.



Grammar: Present Continuous

توضیح گرامری: زمان حال استمراری

از زمان حال استمراری برای صحبت درباره کاری استفاده می‌کنیم که همین حالا در حال انجام شدن است.

Subject فاعل	Helping verb فعل کمکی	Example مثال
I	am	I am reading.
He / She / It	is	She is walking.
You / We / They	are	They are playing.

ساخت جمله مثبت:

Subject + am / is / are + verb-ing

I am reading. She is walking. They are playing.

شکل منفی:

Subject + am / is / are + not + verb-ing

He is not sleeping.

شکل سؤالی:

Am / Is / Are + subject + verb-ing?

Are they playing?

نکات املائی مهم:

play → playing

در بیشتر فعل‌ها فقط ing اضافه می‌کنیم.

make → making

اگر فعل به e ختم شود، معمولاً e را حذف می‌کنیم.



5-Minute Podcast For Beginner English Learners

run → running

در بعضی فعل‌های کوتاه، حرف آخر دو برابر می‌شود.